Curso
2026-2027

Programación Didáctica

EDUCACIÓN FÍSICA

ESO y Bachillerato

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN

1.1. INTRODUCCIÓN AL DOCUMENTO

1.2. CONTEXTUALIZACIÓN

1.3. FUNDAMENTACIÓN NORMATIVA

1.4. ORGANIZACIÓN DEL DEPARTAMENTO

1.5. CARACTERÍSTICAS DE LA MATERIA DE EF

1.6. NORMATIVA DE LAS CLASES DE EF

2. COMPETENCIAS

2.1. INTRODUCCION Y DEFINICIONES

2.2. CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS

2.3. PERFIL DE SALIDA

3. OBJETIVOS

3.1. OBJETIVOS GENERALES DE ETAPA (ESO-LOMLOE)

3.2. OBJETIVOS GENERALES DE ETAPA (BACH-LOMLOE)

3.3. VINCULACIÓN ENTRE OBJETIVOS DE ETAPA, COMPETENCIAS CLAVE Y ESPECIFÍCAS.

4. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

4.1. COMPETENCIAS ESECÍFICAS EN ESO

4.2. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS EN BACHILLERATO

5. SABERES BÁSICOS Y CONTENIDOS

5.1. 1º, 2º, 3º y 4º de ESO

5.2. 1º de Bachillerato LOMLOE

6. METODOLOGÍA

6.1. ORIENTACIONES METODOLÓGICAS GENERALES

6.2. ORIENTACIONES ESPECÍFICAS EN ESO y BACHILLERATO

6.3. PRINCIPIOS Y ESTRATEGIAS CONCRETAS EN EL AULA DE EF

6.4. SITUACIONES DE APRENDIZAJE
6.5. MATERIALES Y RECURSOS
6.6. AGRUPAMIENTOS
6.7. ACTIVIDADES
6.8. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRACURRICULARES
6.9. RELACIONES
6.10. COMUNICACIÓN.

7. ELEMENTOS TRANSVERSALES

8. MEDIDAS DE INCLUSIÓN

8.1. MEDIDAS GENERALES
8.2. TRATAMIENTO ESPECÍFICO DE LA INCLUSION EN LA MATERIA
8.3. ATENCION INDIVIDUALIZADA AL ALUMNADO CON MATERIA PENDIENTE
8.4. ATENCIÓN INDIVIDUALIZADA AL ALUMNO QUE NO PUEDE ASISTR A LAS CLASES.
8.5. ATENCION INDIVIDUALIZADA AL ALUMNO REPETIDOR

9. EVALUACIÓN

9.1. CARACTERÍSTICAS, TIPOS y MOMENTOS.
9.2. EVALUACIÓN DEL PROCESO DE APRENDIZAJE

9.2.1. PONDERACIÓN DE LOS CRITERIOS, INSTRUMENTOS Y RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS CLAVE.

9.2.2. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

9.2.3. MECANISMOS DE RECUPERACIÓN DEL CURSO PRESENTE

9.2.4. MECANISMOS DE RECUPERACIÓN DE LA MATERIA PENDIENTE

9.2.5. CONSIDERACIONES EN LA CALIFICACIÓN.

9.3. EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA.

10. PLANES Y PROYECTOS EDUCATIVOS

10.1 PROYECTO DE INNOVACIÓN

10. 2 PLAN DE LECTURA

11. ANEXOS

A. OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE
B. PLANTILLA DE SITUACIONES DE APRENDIZAJE
C. NCOF
D. REGULACIÓN DE LA EDUCACIÓN ON LINE
E. PLANES DE TRABAJO
F. MODELOS PARA LA EVALUACIÓN TRIMESTRAL DE LOS RESULTADOS
G. MODELOS DE PLAN DE REFUERZO (Adaptación curricular significativa)
H. MODELO DE PLANES DE REFUERZO
I. PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN – BLOQUE DE SABERES

1. INTRODUCCIÓN

1.1 Introducción al documento

Antes de diseñar la programación didáctica para el presente curso 2025-2026 se han tenido presentes diferentes consideraciones que se recogen a modo de introducción. Así, en primer lugar, debemos entender que la programación didáctica es un instrumento pedagógico que interrelaciona todos los elementos del currículo para planificar el proceso de enseñanza-aprendizaje. Si seguimos la definición que para ella da el Diccionario de la Real Academia Española, podemos decir que "programar" es "idear y ordenar las acciones necesarias para realizar un proyecto" y dado es didáctica está vinculada directamente con el "arte de enseñar".

En la misma línea, Del Valle y García (2007), la definen como "la preparación previa de las actividades que realizará cualquier persona, lo que incluye el conocimiento del presente y la proyección hacia el futuro". Por lo tanto, la programación docente es un instrumento fundamental para enseñar y para favorecer el aprendizaje significativo.

A este proceso de conceptualización, debemos unir el análisis de la situación educativa actual: en transición desde la LOMCE hasta la definitiva implantación de la LOMLOE. Un cambio que supone ahondar mucho más en una educación que prepara al alumnado para los retos y desafíos del siglo XXI y que enfoca el trabajo en las aulas hacia el desarrollo competencial como eje vertebrador de toda la práctica docente.

Por lo tanto, el presente documento pretende ser en todo caso una guía para el docente que le dé respuestas y soluciones a los escenarios educativos con los que se va enfrentar en el presente curso. Se ha tratado de elaborar un documento que sea flexible desde el punto de vista metodológico pero riguroso jurídicamente hablando. Es el punto de partida desde el que los profesores diseñaran la concreción curricular en las unidades didácticas y las diferentes situaciones de aprendizaje.

Por último, partiendo de todo lo anterior y teniendo en cuenta los aspectos recogidos en el Proyecto Educativo de nuestro centro, entendemos como prioritarios los siguientes principios.

a) La calidad de la educación para todo el alumnado, con independencia de sus condiciones y circunstancias y d) la atención psicopedagógica y la orientación educativa y profesional de los estudiantes. Se verán referidos estos aspectos en el apartado de inclusión que incorpora como medida significativa este año la metodología de **Diseño Universal para el Aprendizaje** (de ahora en adelante DUA).

Se deben unir ambos principios en busca del éxito por medio de un trabajo coordinado entre el departamento, las familias y el resto del profesorado, entendiendo que el éxito es diferente para cada alumno. Y esta idea de éxito entronca directamente con un **enfoque competencial individualizado** que será la guía de toda propuesta didáctica.

Se insiste en la idea de que la inclusión y la diversidad deben ser entendidas en el sentido más amplio posible, siendo este que en el alumnado encontramos diferentes motivaciones, ritmos y estilos de aprendizaje, así como distintas situaciones personales y familiares.

Por último, pretendemos tener muy presentes los efectos derivados de la pandemia y la posible brecha digital existente en este periodo en el que la digitalización se va a volver un elemento crucial.

b) (c) La flexibilidad para adecuar la educación a la diversidad de aptitudes, intereses, expectativas y necesidades del alumnado, así como a los cambios que experimenta el conjunto de la sociedad.

   Se buscará un trabajo que aúne todos los esfuerzos y las diferentes aportaciones que sin la flexibilidad no tendría cabida. De nuevo, en este sentido, se ha de referir la situación pandémica y "postpandemia" que obligan, más que nunca, a la flexibilidad de métodos, instrumentos de evaluación, distribución de contenidos y metodologías. En este sentido cobrará gran importancia la introducción de metodologías activas, así como el proceso de digitalización.

c) El esfuerzo compartido por el alumnado, familias, profesores, centros, Administraciones e instituciones.

   Máxime en las condiciones actuales entendemos que es más que necesario trabajar codo con codo sin desfallecer si queremos una enseñanza de calidad.

   Además, será necesario flexibilidad y mejorar la comunicación incluyendo las TIC, las TAC y las TEP con el esfuerzo que este cambio de paradigma supone para docente, alumnado y familias.

A partir de estos principios y aquellos psicopedagógicos y metodológicos que aparecerán referidos cuando se trate de la metodología, se han tomado las decisiones que conforman esta programación buscando en todo momento acompañar a nuestro alumnado en el proceso complejo de aprendizaje y maduración, un proceso centrado en la adquisición de las competencias Clave tal y como marca el perfil de salida;

mejorar nuestra respuesta educativa y tener unas pautas de actuación relativamente claras que nos permitan tener claras las líneas de actuación, pero siendo conscientes de que en ocasiones es imposible resolver todas las dificultades que nos podemos encontrar en el desarrollo del proceso de enseñanza y aprendizaje.

1.2 Contextualización

A la hora de programar, se convierte en un factor decisivo el conocimiento de la realidad en la que desarrollamos la práctica para la adecuación a la misma. Así, referimos los aspectos más significativos que han sido tenidos en cuenta y que deberán observarse en el día a día:

1.2.1. Centro y entorno

El IES “La Besana” es un centro público desde que comenzó su actividad docente en septiembre de 1995 y que está situado en Corral de Almaguer (Toledo), una localidad de unos 6300 habitantes. El alumnado proviene principalmente de Corral, aunque tambiénse acoge a alumnado de Cabeza Mesada, El Romeral y Lillo.

El nivel sociocultural y económico de la zona es medio, siendo el sector primario dela agricultura la principal fuente de ingresos de las familias. Los sectores secundarios de la construcción, industria textil, y elaboración de productos agroalimentarios como el vino, queso y jamón también están presentes, pero en menor medida. Cabe destacar la ausencia del alumnado en la época de la vendimia, ya que el alumnado colabora en las tareas agrícolas familiares.

El número de alumnado se sitúa en torno a 365, con una ratio aproximada de 25-30 por aula. La procedencia es heterogénea lo que conlleva una relativa diversidad en conocimientos académicos, experiencias previas de aprendizaje, intereses, motivaciones diferentes, etc. factores a tener en consideración en la labor docente. Debemos destacar que actualmente encontramos un 15% de inmigrantes de la población total de países como Rumania, Bulgaria y Marruecos, dedicados casi exclusivamente a las labores agrícolas. De este alumnado, solamente el 10% corresponden a alumnos de inclusión educativa.

El horario del centro comienza a las 8:30 y finaliza a las 14:30. Comprende seis periodos de 55 minutos y un recreo de 30 minutos de 11:15 a 11:45.

El trabajo y la colaboración entre los diferentes departamentos didácticos y la coordinación metodológica entre los profesores de una misma materia es buena y cumple los objetivos propuestos.

Alumnado del centro:

ALUMNADO MATRICULADO	375
1º ESO	78
2º ESO	66
3º ESO	58
4º ESO	62
1º BACH	49
2º BACH	39
1º CFGB	17
2º CFGB	6

Del total matriculado 42 son alumnos repetidores (19,2%), hombres 197 (52,5%) y mujeres 178 (47,5%).

ALUMNADO CON NECESIDADES EDUCATIVAS	109 (29%)
NACIONALIDAD ESPAÑOLA	39 (35,8%)
OTRAS NACIONALIDADES	70 (64,2%)
DESCONOCIMIENTO DEL IDIOMA	43 (39,4%)

1.2.2. CARACTERÍSTICAS DE LOS GRUPOS

GRUPOS	Nº ALUMNOS	REPETIDORES	ALUMNOS CON EF PENDIENTE	ALUMNOS DE INCLUSIÓN EDUCATIVA
1º A	26	5	-	8
1º B	27	3	-	9
1º C	26	3	-	13
2º A	22	2	2	15
2º B	22	2	1	4
2º C	22	2	1	11
3º A/ Diver	31	3	2	5
3º B/ Diver	27	2	1	8
4º A/ Diver	26	4	-	8
4º B / Diver	19	4	2	9
4º C	19	1	-	2
1ºBACH A	23	1	-	2
1º BACH B	25	1	-	3

1.2.3. Instalaciones

El instituto cuenta con 2 edificios, donde se ubican las aulas de alumnos, cada grupo cuenta con su propia aula de referencia. Además, contamos con las siguientes aulas materia: Biblioteca, Plástica, Música, Laboratorios de Biología, Física y Química, aula de Informática general, aula Althia, Gimnasio y pista deportiva. En la actualidad todas las aulas de grupo están dotadas de cañones de proyección y pantallas digitales. También contamos con una amplia sala de profesores y espacios para los departamentos.

En lo que respecta a las instalaciones con las que el Departamento de Educación Física el centro cuenta con un pabellón cubierto, dos pistas polideportivas exteriores además del pabellón municipal situado a escasos metros del centro educativo.

1.3. Fundamentación normativa

Para la elaboración del documento se ha seguido la siguiente normativa:

1.3.1. Estatal

- LOMLOE: Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica de Educación 2/2006, de 3 de mayo.
- LOE: Ley Orgánica de Educación 2 /2006, de 3 de mayo que establece el sistema educativo en el que desarrollamos nuestra práctica docente
- Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria.
- Real Decreto 243/2022, de 5 de abril por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas del Bachillerato.
- Real Decreto 984/2021, de 16 de noviembre, por el que se regulan la evaluación y la promoción en la Educación Primaria, así como la evaluación, la promoción y la titulación en la Educación Secundaria Obligatoria, el Bachillerato y la Formación Profesional.

1.3.2. Autonómica

- Decreto de CCLM: Decreto 40/2015, de 15/06/2015, por el que se establece el currículo de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Castilla-La Mancha.
- Orden de 15/04/2016 por la que se regula la evaluación del alumnado en la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Castilla – La Mancha
- Orden 15/04/2016 por la que se regula la evaluación del alumnado en Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Castilla – La Mancha.
- Decreto 66/2013 por el que se regula la atención especializada y la orientación educativa en CCLM.
- Decreto 85/2018 de 20 de noviembre por el que se regula la inclusión educativa en el alumnado de Castilla La Mancha.
- Resolución de 26/01/2019 de la Dirección General de Programas, Atención a la diversidad y Formación Profesional.
- Decreto 8/2022, de 8 de febrero, por el que se regulan la evaluación y la promoción en la Educación Primaria, así como la evaluación, la promoción y la titulación en Educación Secundaria Obligatoria, el Bachillerato, y la Formación Profesional en la comunidad autónoma de Castilla – La Mancha.
- Decreto 82/2022, de 12 de julio, por el que se establece la ordenación y el currículo de Educación Secundaria Obligatoria en la comunidad de Castilla – La Mancha.
- Decreto 83/2022, de 12 de julio, por el que se establece la ordenación y el currículo de Bachillerato en la comunidad de Castilla – La Mancha.
- Decreto 31/2024, de 25 de junio que modifica el currículo de ESO y la asignación de materias optativas de ESO y Bachillerato

- Orden 187/2022 de 27 de septiembre, de la Consejería de Educación, Cultura y Deportes, por la que se regula la evaluación en Bachillerato en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha.
- Orden 186/2022, de 27 de septiembre, de la Consejería de Educación, Cultura y Deportes, por la que se regula la evaluación en la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha.
- Resolución de junio de 2023, de la Consejería de Educación, Cultura y Deporte, por la que se dictan instrucciones para el curso 2023-24 en la comunidad autónoma de Castilla – La Mancha.

- **Se enmarca además dentro de los límites de la PGA y del PE**

1.4. Organización del departamento

El Departamento de Educación Física para el curso 2026-27 está formado por:

- Soledad Moraleda Tapial:
  - 1º ESO A, B y C
  - 3º ESO A/DIVER
  - 4º ESO A/DIVER, B/DIVER
- Matías Sansón Marinelli:
  - 1º ESO C No religión
  - 2º ESO A, B y C
  - 3º ESO B/DIVER
  - 4º ESO C
  - 1º BACH A y B
  - Tutoría 1º BACH A
  - Jefe de departamento

1.4.1. Propuestas de investigación y formación del profesorado

Como en cursos anteriores, los profesores pertenecientes a este Departamento participarán, si ello es viable, en aquellas actividades de formación y perfeccionamiento que propongan los organismos pertinentes (Centros de Profesores, Universidades u otras entidades) o en los grupos de trabajo, seminarios, etc. que se organicen en el propio centro.

De la misma manera, se participarán en otras actividades como concursos o proyectos que lleguen para los alumnos

Dicho departamento se caracteriza por una serie de principios que conforman su propio plan de trabajo, como son:

-Propuestas de investigación educativa y de formación:

Mejora de estadísticas relacionadas con la condición física, valorando la condición física de los educandos del centro en relación al resto de la población.

Al no tener conocimiento de todos los cursos de formación ofertados por los organismos oficiales no tenemos claro si realizaremos alguno.

-Formación permanente del profesorado:

Constantemente los miembros de este departamento intentan ponerse al día con cursos, publicaciones, trabajos, bibliografía, Internet, grupos de trabajo…etc.

1.4.2. Reuniones

El calendario de reuniones de este Departamento viene establecido en los horarios de los profesores por Jefatura de Estudios. Para el presente curso las reuniones se realizarán semanalmente los martes de 12:40-13:35h. La convocatoria de dichas reuniones para todo el curso queda, por tanto, indicada en los horarios de los profesores. Se notificará a los miembros del Departamento a través del correo electrónico, cuáles son los puntos que se verán en cada reunión y se avanzarán en el mismo aspecto que sea importante que conozcan anticipadamente.

1.4.3. Organización y funciones

La organización de las actividades de los Departamentos viene regulada en los artículos 41 a 53 del Título III del ROC (RD 83/1996, de 26 de enero, BOE de 21 de febrero). Según dichos artículos, son competencia de los departamentos didácticos:

- Formular propuestas, al equipo directivo y al claustro, relativas a la elaboración o modificación de PEC y la PGA y a la CCP relativas a los PC de etapa.
- Elaborar la programación didáctica de las áreas o materias de acuerdo con las directrices de la CCP.
- Promover la investigación educativa y proponer actividades de perfeccionamiento de sus miembros y mantener actualizada la metodología didáctica.

- Colaborar con el Departamento de Orientación en la prevención y detección de problemas de aprendizaje, y elaborar la programación y aplicación de adaptaciones curriculares para los alumnos que lo precisen.
- Organizar actividades complementarias con otros departamentos.
- Organizar las pruebas necesarias para los alumnos con materias pendientes.
- Resolver las reclamaciones derivadas del proceso de evaluación.
- Elaborar, a final de curso, una memoria en la que se evalúe el desarrollo de la programación didáctica, la práctica docente y los resultados obtenidos.

1.5 Características de la materia de Educación Física.

- En los últimos años, la población de la zona se ha incrementado con la inmigración de personas de diferentes países, por lo que el Centro tiene que dar una respuesta educativa a esta situación.
- La Educación física tiene como finalidad el desarrollo de las capacidades y habilidades motrices, profundizar en el significado que adquieren para el comportamiento humano las actitudes, valores y normas relativas al cuerpo y al movimiento.
- Ésta contribuye a desarrollar las capacidades recogidas en los objetivos generales de la etapa relacionadas con el conocimiento del funcionamiento y la salud del cuerpo y la práctica de la actividad física y el deporte. Asimismo, con el resto de las materias, favorece el desarrollo de las capacidades incluidas en el resto de los objetivos generales.
- Es a través del movimiento corporal como la persona explora el mundo que le rodea y su propio cuerpo, conserva y mejora la salud y el estado físico, previene enfermedades y disfunciones.
- Tiene también la Educación física un papel relevante en el desarrollo de la competencia social y cívica. Las actividades físicas y deportivas son una herramienta eficaz y atractiva para facilitar la integración, fomentar el respeto, la cooperación, la igualdad, el trabajo en equipo y aprender a respetar las normas y reglamentos.
- Además desarrolla otras competencias como la autonomía e iniciativa personal a la hora de planificar su propia mejora de la condición física y la organización de actividades de ocio; la competencia cultural y artística mediante la expresión corporal, la práctica y la asistencia como espectador de los deportes, los juegos tradicionales, las actividades expresivas o la danza como parte del patrimonio cultural de los pueblos; la competencia de aprender a aprender como herramienta para regular su propio aprendizaje; la competencia en comunicación lingüística ofreciendo una variedad de intercambios comunicativos y a través del vocabulario específico; la competencia

matemática a través del uso de las habilidades numéricas y de medida aplicadas al control del tiempo y el espacio.

- La Educación física tiene un carácter integrador tanto porque incluye funciones cognitivas, expresivas, comunicativas y de bienestar como por la posibilidad de incorporarse en proyectos compartidos con otras áreas.
- El cuerpo y el movimiento son, por tanto, los ejes básicos en los que se centra la acción educativa cuyos contenidos, a los efectos de la programación, se organizan en torno a seis bloques: “Vida activa y saludable”, “Organización y gestión de la actividad física”, “resolución de problemas en situaciones motrices”, “Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices”, “manifestaciones de la cultura motriz” y “interacción eficiente y sostenible con el entorno”.
- **El bloque A**, el de la vida activa y saludable, aborda los tres componentes de la salud -física, mental y social a través del desarrollo de relaciones positivas en contextos funcionales de práctica físico-deportiva, rechazando los comportamientos antisociales, discriminatorios o contrarios a la salud que pueden producirse en estos ámbitos.
- **El bloque B**, “Organización y gestión de la actividad física», incluye cuatro componentes diferenciados: la elección de la práctica física, la preparación de la práctica motriz, la planificación y autorregulación de proyectos motores y la gestión de la seguridad antes, durante y después de la actividad física y deportiva.
- **El bloque C**, “Resolución de problemas en situaciones motrices” es un bloque con un carácter transdisciplinar que aborda tres aspectos clave: la toma de decisiones, el uso eficiente de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad, y los procesos de creatividad motriz. Estos saberes deberán desarrollarse en contextos muy variados de práctica que, en cualquier caso, responderán a la lógica interna de la acción motriz desde la que se han diseñado los saberes: acciones individuales, cooperativas, de oposición y de colaboración-oposición.
- **El bloque D**, “Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices”, se centra, por un lado, en que el alumnado desarrolle los procesos dirigidos a regular su respuesta emocional ante situaciones derivadas de la práctica de actividad física y deportiva, y, por otro, incide sobre el desarrollo de las habilidades sociales y el fomento de las relaciones inclusivas y constructivas entre quienes participan en este tipo de contextos motrices.
- **El bloque E**, “Manifestaciones de la cultura motriz» engloba tres componentes: el conocimiento de la cultura motriz tradicional, la cultura artístico-expresiva contemporánea y el deporte como manifestación cultural.
- Y por último, **el bloque F**, “Interacción eficiente y sostenible con el entorno» incide sobre la interacción con el medio natural y urbano desde una triple vertiente: su uso desde la motricidad, su conservación desde una visión sostenible y su carácter compartido desde una perspectiva comunitaria del entorno “

1.6 Normativa para las clases de Educación Física

- Considerando que el gimnasio y la pista polideportiva exterior son el aula de la asignatura de Educación Física, deberán mantenerse siempre limpios (pistas, paredes, vestuarios, etc.). Esto implica que no se puede escupir ni tirar nada al suelo.
- Para poder participar en la clase el alumno llevará la indumentaria adecuada, las zapatillas deberán sujetar el pie y en todo momento deberán ir bien atadas.
- No se llevarán pendientes, cadenas, anillos, etc., que afecten a la seguridad del propio alumno o de los compañeros.
- No se podrá beber, comer, masticar o llevar algo en la boca. (chicles, piruletas, caramelos, etc.).
- Durante la clase no se podrá llevar el móvil (el alumno lo dejará en el vestuario).
- Se debe cuidar los elementos del vestuario (no dejar grifos abiertos, tirar de la cadena, no escupir en el suelo, espejos, etc.)
- Al material se le dará el uso adecuado.
- El profesor podrá tomar cualquier otra medida para la seguridad del alumno (ejemplo: no dejar que los alumnos realicen la clase con la sudadera atada a la cintura).
- Durante la clase no se podrá ir al servicio sin el permiso del profesor.

a) GUIA SANITARIA QUE NOS AFECTE A EF (recomendaciones de la JCCM):

- Si hay varios profesores/as trabajando en el exterior, se deben establecer medidas administrativas previas, para adjudicar los espacios de trabajo lo más alejado posible y evitar aglomeración de alumnos/as.
- Debe estar totalmente prohibido que el alumnado o personas ajenas al departamento tenga acceso al almacén de material. Excepción es el personal de limpieza.
- El profesor realizará la entrega del material deportivo al alumnado, evitando, de este modo, el acceso a estos al almacén del material.
- Si fuese preciso, el alumnado llevará a la sesión una botella de agua propia, claramente identificada, quedando prohibido el uso compartido de la misma.
- El alumnado llevará lo mínimo de pertenencias y objetos posible, dejando en su aula de referencia mochilas y demás. Establecer medidas organizativas en el proceso de dejar y recoger pertenencias.
- Al final de la sesión, el profesorado comprobará que no queda ropa o pertenencias de ningún alumno del grupo que ha finalizado.

b) NORMAS EXCEPCIONALES POR LA COVID-19 (si las hubiera que volver a aplicar)

- Llevar en la bolsa de aseo un kit de higiene personal
- Desinfección de manos al inicio de la sesión, en la entrada al gimnasio.
- Aseo, lavándose las manos con agua y jabón al finalizar la sesión.
- Siempre que las condiciones meteorológicas y organizativas lo permitan, realizaremos las clases en el patio (aire libre). En caso contrario, se usaría el gimnasio, respetando siempre la distancia de seguridad en los desplazamientos y durante la actividad física.
- Para los desplazamientos, se realizará una salida ordenada del aula y un acceso escalonado al gimnasio.

- MATERIAL:

  - Se utilizará en mayor medida **material individual**, no intercambiándolo durante la sesión y procediendo a su desinfección al inicio y al final de la misma.
  - El material de uso colectivo (de uso de manera excepcional para ciertas actividades) se desinfectará igualmente al inicio y al final de la sesión.

2. COMPETENCIAS

2.1. Introducción y definiciones

El artículo 2 del Real Decreto 127/2022 – define las competencias Clave como los desempeños que se consideran imprescindibles para que el alumnado pueda progresar con garantías de éxito en su itinerario formativo, y afrontar los principales retos y desafíos globales y locales. Las competencias Clave aparecen recogidas en el Perfil de salida del alumnado al término de la enseñanza básica y son la adaptación al sistema educativo español de las competencias Clave establecidas en la Recomendación del Consejo de la Unión Europea de 22 de mayo de 2018 relativa a las competencias Clave para el aprendizaje permanente.

Las competencias Clave de la Recomendación europea se han vinculado con los principales retos y desafíos globales del siglo XXI a los que el alumnado va a verse confrontado y ante los que necesitará desplegar esas mismas competencias Clave. Del mismo modo, se han incorporado también los retos recogidos en el documento Key Drivers of Curricula Change in the 21st Century de la Oficina Internacional de Educación de la UNESCO, así como los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Agenda 2030 adoptada por la Asamblea General de las Naciones Unidas en septiembre de 2015.

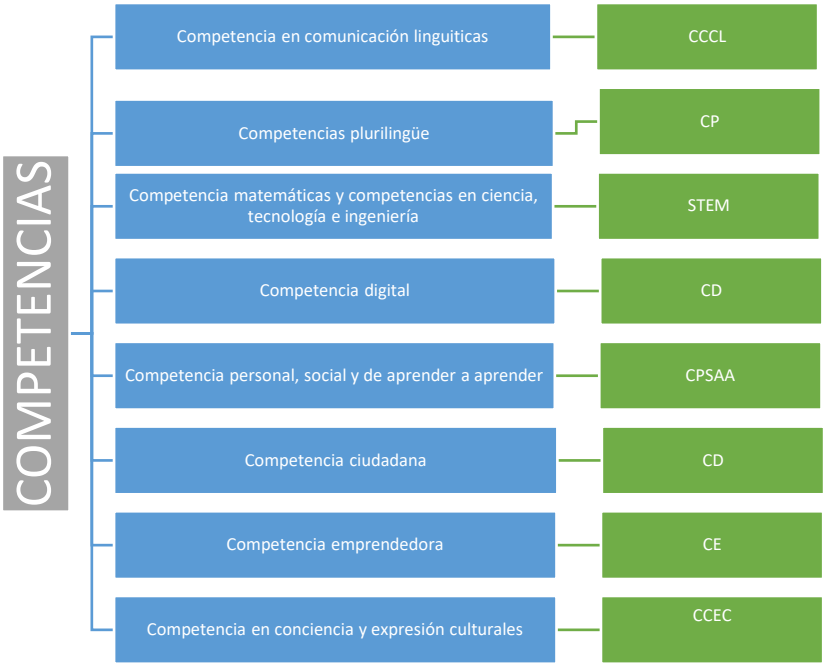
La **vinculación entre competencias clave y retos del siglo XXI** es la que dará sentido a los aprendizajes, al acercar la escuela a situaciones, cuestiones y problemas reales de la vida cotidiana, lo que, a su vez, proporcionará el necesario punto de apoyo para favorecer situaciones de aprendizaje significativas y relevantes, tanto para el alumnado como para el personal docente. Se quiere garantizar que todo alumno o alumna que supere con éxito la enseñanza básica y, por tanto, alcance el Perfil de

salida sepa activar los aprendizajes adquiridos para responder a los principales desafíos a los que deberá hacer frente a lo largo de su vida:

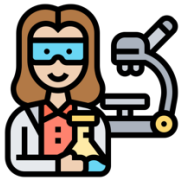
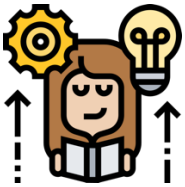
- Desarrollar una actitud responsable a partir de la toma de conciencia de la degradación del medioambiente y del maltrato animal basada en el conocimiento de las causas que los provocan, agravan o mejoran, desde una visión sistémica, tanto local como global.
- Identificar los diferentes aspectos relacionados con el consumo responsable, valorando sus repercusiones sobre el bien individual y el común, juzgando críticamente las necesidades y los excesos y ejerciendo un control social frente a la vulneración de sus derechos.
- Desarrollar estilos de vida saludable a partir de la comprensión del funcionamiento del organismo y la reflexión crítica sobre los factores internos y externos que inciden en ella, asumiendo la responsabilidad personal y social en el cuidado propio y en el cuidado de las demás personas, así como en la promoción de la salud pública.
- Desarrollar un espíritu crítico, empático y proactivo para detectar situaciones de inequidad y exclusión a partir de la comprensión de las causas complejas que las originan.
- Entender los conflictos como elementos connaturales a la vida en sociedad que deben resolverse de manera pacífica.
- Analizar de manera crítica y aprovechar las oportunidades de todo tipo que ofrece la sociedad actual, en particular las de la cultura en la era digital, evaluando sus beneficios y riesgos y haciendo un uso ético y responsable que contribuya a la mejora de la calidad de vida personal y colectiva.
- Aceptar la incertidumbre como una oportunidad para articular respuestas más creativas, aprendiendo a manejar la ansiedad que puede llevar aparejada.
- Cooperar y convivir en sociedades abiertas y cambiantes, valorando la diversidad personal y cultural como fuente de riqueza e interesándose por otras lenguas y culturas.
- Sentirse parte de un proyecto colectivo, tanto en el ámbito local como en el global, desarrollando empatía y generosidad.
- Desarrollar las habilidades que le permitan seguir aprendiendo a lo largo de la vida, desde la confianza en el conocimiento como motor del desarrollo y la valoración crítica de los riesgos y beneficios de este último.

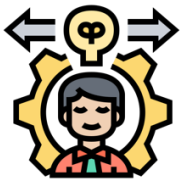
La respuesta a estos y otros desafíos –entre los que existe una absoluta interdependencia– necesita de los conocimientos, destrezas y actitudes que subyacen a las competencias Clave y son abordados en las distintas áreas, ámbitos y materias que componen el currículo. Estos contenidos disciplinares son imprescindibles, porque sin ellos el alumnado no entendería lo que ocurre a su alrededor y, por tanto, no podría valorar críticamente la situación ni, mucho menos, responder adecuadamente. Lo esencial de la integración de los retos en el Perfil de salida radica en que añaden una exigencia de actuación, la cual conecta con el enfoque competencial del currículo: la meta no es la mera adquisición de contenidos, sino aprender a utilizarlos para solucionar necesidades presentes en la realidad.

Estos desafíos implican adoptar una posición ética exigente, ya que suponen articular la búsqueda legítima del bienestar personal respetando el bien común. Requieren, además, trascender la mirada local para analizar y comprometerse también con los problemas globales. Todo ello exige, por una parte, una mente compleja, capaz de pensar en términos sistémicos, abiertos y con un alto nivel de incertidumbre, y, por otra, la capacidad de empatizar con aspectos relevantes, aunque no nos afecten de manera directa, lo que implica asumir los valores de justicia social, equidad y democracia, así como desarrollar un espíritu crítico y proactivo hacia las situaciones de injusticia, inequidad y exclusión.



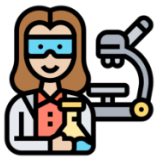
Competencia en comunicación lingüística  ***(CCL)***	La competencia en comunicación lingüística supone interactuar de forma oral, escrita, signada o multimodal de manera coherente y adecuada en diferentes ámbitos y contextos y con diferentes propósitos comunicativos. Implica movilizar, de manera consciente, el conjunto de conocimientos, destrezas y actitudes que permiten comprender, interpretar y valorar críticamente mensajes orales, escritos, signados o multimodales evitando los riesgos de manipulación y desinformación, así como comunicarse eficazmente con otras personas de manera cooperativa, creativa, ética y respetuosa. Constituye la base para el pensamiento propio y para la construcción del conocimiento en todos los ámbitos del saber. Por ello, su desarrollo está vinculado a la reflexión explícita acerca del funcionamiento de la lengua en los géneros discursivos específicos de cada área de conocimiento, así como a los usos de la oralidad, la escritura o la signación para pensar y para aprender. Por último, hace posible apreciar la dimensión estética del lenguaje y disfrutar de la cultura literaria.
Competencia plurilingüe  ***(CP)***	La competencia plurilingüe implica utilizar distintas lenguas, orales o signadas, de forma apropiada y eficaz para el aprendizaje y la comunicación. Esta competencia supone reconocer y respetar los perfiles lingüísticos individuales y aprovechar las experiencias propias para desarrollar estrategias que permitan mediar y hacer transferencias entre lenguas, incluidas las clásicas, y, en su caso, mantener y adquirir destrezas en la lengua o lenguas familiares y en las lenguas oficiales. Integra, asimismo, dimensiones históricas e interculturales orientadas a conocer, valorar y respetar la diversidad lingüística y cultural de la sociedad con el objetivo de

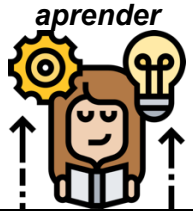
	fomentar la convivencia democrática.
Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería  ***(STEM)***	La competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (competencia STEM por sus siglas en inglés) entraña la comprensión del mundo utilizando los métodos científicos, el pensamiento y representación matemáticos, la tecnología y los métodos de la ingeniería para transformar el entorno de forma comprometida, responsable y sostenible. La competencia matemática permite desarrollar y aplicar la perspectiva y el razonamiento matemáticos con el fin de resolver diversos problemas en diferentes contextos. La competencia en ciencia conlleva la comprensión y explicación del entorno natural y social, utilizando un conjunto de conocimientos y metodologías, incluidas la observación y la experimentación, con el fin de plantear preguntas y extraer conclusiones basadas en pruebas para poder interpretar y transformar el mundo natural y el contexto social. La competencia en tecnología e ingeniería comprende la aplicación de los conocimientos y metodologías propios de las ciencias para transformar nuestra sociedad de acuerdo con las necesidades o deseos de las personas en un marco de seguridad, responsabilidad y sostenibilidad.
Competencia digital  ***(CD)***	La competencia digital implica el uso seguro, saludable, sostenible, crítico y responsable de las tecnologías digitales para el aprendizaje, para el trabajo y para la participación en la sociedad, así como la interacción con estas. Incluye la alfabetización en información y datos, la comunicación y la colaboración, la educación mediática, la creación de contenidos digitales (incluida la programación), la seguridad (incluido el bienestar digital y las competencias relacionadas con la ciberseguridad), asuntos relacionados con la ciudadanía digital, la privacidad, la propiedad intelectual, la resolución de problemas y el pensamiento computacional y crítico.
Competencia personal, social y de aprender a aprender  ***(CPSAA)***	La competencia personal, social y de aprender a aprender implica la capacidad de reflexionar sobre uno mismo para autoconocerse, aceptarse y promover un crecimiento personal constante; gestionar el tiempo y la información eficazmente; colaborar con otros de forma constructiva; mantener la resiliencia; y gestionar el aprendizaje a lo largo de la vida. Incluye también la capacidad de hacer frente a la incertidumbre y a la complejidad; adaptarse a los cambios; aprender a gestionar los procesos metacognitivos; identificar conductas contrarias a la convivencia y desarrollar estrategias para abordarlas; contribuir al bienestar físico, mental y emocional propio y de las demás personas, desarrollando habilidades para cuidarse a sí mismo y a quienes lo rodean a través de la corresponsabilidad; ser capaz de llevar una vida orientada al futuro; así como expresar empatía y abordar los conflictos
Competencia ciudadana	La competencia ciudadana contribuye a que alumnos puedan ejercer una ciudadanía responsable y participar plenamente en la vida social y cívica, basándose en la comprensión de los

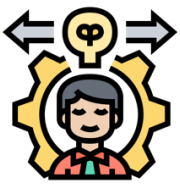
 ***(CC)***	conceptos y las estructuras sociales, económicas, jurídicas y políticas, así como en el conocimiento de los acontecimientos mundiales y el compromiso activo con la sostenibilidad y el logro de una ciudadanía mundial. Incluye la alfabetización cívica, la adopción consciente de los valores propios de una cultura democrática fundada en el respeto a los derechos humanos, la reflexión crítica acerca de los grandes problemas éticos de nuestro tiempo y el desarrollo de un estilo de vida sostenible acorde con los Objetivos de Desarrollo Sostenible planteados en la Agenda 2030.
Competencia emprendedora  ***(CE)***	La competencia emprendedora implica desarrollar un enfoque vital dirigido a actuar sobre oportunidades e ideas, utilizando los conocimientos específicos necesarios para generar resultados de valor para otras personas. Aporta estrategias que permiten adaptar la mirada para detectar necesidades y oportunidades; entrenar el pensamiento para analizar y evaluar el entorno, y crear y replantear ideas utilizando la imaginación, la creatividad, el pensamiento estratégico y la reflexión ética, crítica y constructiva dentro de los procesos creativos y de innovación; y despertar la disposición a aprender, a arriesgar y a afrontar la incertidumbre. Asimismo, implica tomar decisiones basadas en la información y el conocimiento y colaborar de manera ágil con otras personas, con motivación, empatía y habilidades de comunicación y de negociación, para llevar las ideas planteadas a la acción mediante la planificación y gestión de proyectos sostenibles de valor social, cultural y económico-financiero.
Competencia en conciencia y expresión culturales  ***(CCCEC)***	La competencia en conciencia y expresión culturales supone comprender y respetar el modo en que las ideas, las opiniones, los sentimientos y las emociones se expresan y se comunican de forma creativa en distintas culturas y por medio de una amplia gama de manifestaciones artísticas y culturales. Implica también un compromiso con la comprensión, el desarrollo y la expresión de las ideas propias y del sentido del lugar que se ocupa o del papel que se desempeña en la sociedad. Asimismo, requiere la comprensión de la propia identidad en evolución y del patrimonio cultural en un mundo caracterizado por la diversidad, así como la toma de conciencia de que el arte y otras manifestaciones culturales pueden suponer una manera de mirar el mundo y de darle forma.

2.2. Contribución al desarrollo de las competencias

Se recogen a continuación las diferentes propuestas para trabajar las competencias Clave desde la materia de Educación Física.

Competencia en comunicación lingüística  ***(CCL)***	Son diversas las situaciones en las que la Educación Física favorece el desarrollo de esta competencia. Así, las constantes interacciones que se producen en clase y las vías de comunicación que en ellas se establecen, el desarrollo del lenguaje no verbal como refuerzo del verbal a través de las actividades de expresión corporal o la utilización de técnicas expresivas como la dramatización y la improvisación, contribuirán a la mejora de esta capacidad tan importante en el ser humano.
Competencia plurilingüe  ***(CP)***	El aprendizaje y la utilización de estructuras lingüísticas similares en las diferentes lenguas así como el trabajo interdisciplinar con los departamentos de otros idiomas en busca de un enfoque globalizado del aprendizaje lingüístico son situaciones que favorecen el desarrollo de esta competencia en EF. Por otro lado, las reflexiones sobre las diferentes lenguas y su relación con la expresión de la cultura (ritmo y expresión en EF), así como la identidad de dichas naciones están asociadas a dicha competencia.
Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería  ***(STEM)***	La realización del análisis de distintos cálculos (zonas de intensidad de actividad física, balance energético, etc.), la elaboración de gráficos relacionados con la valoración de las capacidades físicas básicas, la resolución de problemas mediante la deducción lógica, la utilización de diferentes magnitudes y medidas utilizadas para cuantificar algunos contenidos o la estructuración espacio-temporal en las distintas acciones, etc... Están estrechamente vinculadas al dominio matemático y pueden ser aprovechadas para desarrollar dicha competencia. La posibilidad de movimiento del cuerpo da sentido a la Educación Física y esto hace del conocimiento de lo corporal y de las relaciones que se establecen con la motricidad un saber fundamental e imprescindible.

	Sistemas corporales relacionados con la actividad física, adaptaciones que se producen en el mismo motivadas por la práctica física regular, importancia de los hábitos saludables para el cuidado del cuerpo, alimentación, postura, etc., son algunos de los contenidos que se desarrollarán en Educación Física y que contribuyen, sin duda, al desarrollo de las competencias clave en ciencia y tecnología. De igual forma, a través de la práctica de actividades físico-deportivas en el medio natural, se establece un vínculo de utilización responsable del entorno que genera actitudes de respeto y conservación.
Competencia digital  ***(CD)***	La amplia variedad de contenidos de la Educación Física generará en el alumnado la necesidad de desarrollar estrategias adecuadas de utilización de las Tecnologías de la Información y la Comunicación con el fin de buscar y procesar información, ampliando de esta manera su conocimiento sobre algún tema relacionado con la motricidad. Estos recursos también se utilizarán para elaborar trabajos de distinto tipo (texto, presentación, imagen, video, sonido,…), exponerlos a sus compañeros y compartir información en los entornos adecuados. Por otro lado, la existencia de gran cantidad de aplicaciones informáticas relacionadas con la práctica física posibilitará la utilización de las mismas en la elaboración y puesta en práctica de actividades para el desarrollo de la condición física, las actividades físico-deportivas en el medio natural, etc.
Competencia personal, social y de aprender a aprender 	Las actividades físico-deportivas en general son un medio de gran eficacia para facilitar la integración y fomentar el respeto, la tolerancia, la cooperación, la aceptación de normas, el trabajo en equipo, etc. La participación en deportes y juegos de distinto tipo, la realización de gran variedad de tareas en grupo y otras actividades en las que se interacciona con otros, generan la necesidad de adoptar actitudes que permitan al alumno desenvolverse en un entorno social, produciéndose de esta manera unos aprendizajes de gran valor, que podrán ser transferidos a situaciones de la vida cotidiana de nuestros alumnos y alumnas, colaborando además de esta manera al desarrollo de los elementos transversales.

(CPSAA)	Es importante señalar cómo el hecho de incluir un bloque específico de actitudes, valores y normas implica el compromiso con el desarrollo de estos componentes tan importantes en nuestro día a día y que conforman la base sobre la que se estructura la convivencia. Por otro lado, una de las finalidades de la Educación Física en el Bachillerato es la de conseguir que el alumno/a sea el protagonista de sus aprendizajes y que este, a través de un proceso reflexivo de adquisición de recursos y, teniendo en cuenta sus necesidades, gustos y características, alcance los suficientes niveles de autonomía en el aprendizaje de forma que llegué a ser capaz de gestionar su propia práctica física, desarrollando de esta forma la capacidad de afrontar nuevos retos de aprendizaje.
Competencia ciudadana  ***(CC)***	La inclusión de actividades relacionadas con los Objetivos de desarrollo sostenible (ODS) así como las actividades interdepartamentales contribuyen en gran medida al desarrollo de esta competencia. La utilización de los sistemas de gamificación (muy de actualidad) provocan en nuestros alumnos la facilidad para aprender a resolver cualquier tipo de conflictos de forma pacífica. Por último también destacaremos la utilización del aprendizaje servicio como pedagogía para favorecer y fomentar dicha competencia ciudadana.
Competencia emprendedora  ***(CE)***	La elaboración de proyectos personales relacionados con la propia práctica física, la organización y puesta en práctica de forma autónoma de una considerable variedad de actividades desarrolladas en clase o la participación en proyectos grupales, son algunas de las situaciones que se dan en las clases de Educación Física, en las que el alumno tendrá que poner en juego todos sus recursos personales, de forma que, asumiendo responsabilidades, tomando decisiones, mostrándose perseverante en sus acciones y superando las dificultades, dé respuesta de forma creativa a los retos planteados. Por otro lado, la propia dinámica de participación en los deportes exige la adopción de posturas proactivas, con constantes procesos de toma de

	decisiones en función de los condicionantes presentes en la práctica y la aplicación de los recursos que en cada caso se consideren más adecuados.
Competencia en conciencia y expresión culturales  ***(CCCEC)***	La lectura de textos relacionados con los saberes desarrollados en cada una de las unidades así como la realización de dramatizaciones (ritmo y expresión del alumno) son actividades que fomentan el desarrollo de esta competencia. También están en estrecha relación todas las actividades que ponen de manifiesto las diferentes prácticas artísticas contempladas en el currículo.

2.3. Perfil de salida – Evaluación competencial – Cómo se va a expresar el resultado de las competencias- (delphos)

2.3.1. Perfil salida de Educación Básica

En cuanto a la dimensión aplicada de las competencias clave, se ha definido para cada una de ellas un conjunto de descriptores operativos, partiendo de los diferentes marcos europeos de referencia existentes. Los **descriptores operativos** de las competencias clave constituyen, junto con los objetivos de la etapa, el marco referencial a partir del cual se concretan las competencias específicas de cada área, ámbito o materia. Esta vinculación entre descriptores operativos y competencias específicas propicia que de la evaluación de estas últimas pueda colegirse el grado de adquisición de las competencias Clave definidas en el Perfil de salida y, por tanto, la consecución de las competencias y objetivos previstos para la etapa.

Se recogen en los descriptores operativos, que serán objeto de evaluación en su relación con las competencias específicas de la materia, los indicadores de logro con los que se elaborarán las rúbricas para determinar su consecución

Competencia en comunicación lingüística (3,5)

Al completar la enseñanza básica, el alumno o la alumna…
CCL1. Se expresa de forma oral, escrita, signada o multimodal con coherencia, corrección y adecuación a los diferentes contextos sociales, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa tanto para intercambiar información, crear conocimiento y transmitir opiniones, como para construir vínculos personales.
CCL2. Comprende, interpreta y valora con actitud crítica textos orales, escritos, signados o multimodales de los ámbitos personal, social, educativo y profesional para participar en diferentes contextos de manera activa e informada y para construir conocimiento.
CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes, evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.
▪ Busca información de forma eficaz en diferentes fuentes ▪ Compara la información ▪ Selecciona la información de forma correcta e interpreta la que le es de utilidad
CCL4. Lee con autonomía obras diversas adecuadas a su edad, seleccionando las que mejor se ajustan a sus gustos e intereses; aprecia el patrimonio literario como cauce privilegiado de la experiencia individual y colectiva; y moviliza su propia experiencia biográfica y sus conocimientos literarios y culturales para construir y compartir su interpretación de las obras y para crear textos de intención literaria de progresiva complejidad.
CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.
▪ Utiliza el diálogo de forma constructiva ▪ Comprende el poder del lenguaje y sus estereotipos ▪ Se aplica en mejorar su lexicón

Competencia plurilingüe (ninguna)

Al completar la enseñanza básica, el alumno o la alumna…
CP1. Usa eficazmente una o más lenguas, además de la lengua o lenguas familiares,

Al completar la enseñanza básica, el alumno o la alumna…
para responder a sus necesidades comunicativas, de manera apropiada y adecuada tanto a su desarrollo e intereses como a diferentes situaciones y contextos de los ámbitos personal, social, educativo y profesional.
CP2. A partir de sus experiencias, realiza transferencias entre distintas lenguas como estrategia para comunicarse y ampliar su repertorio lingüístico individual.
CP3. Conoce, valora y respeta la diversidad lingüística y cultural presente en la sociedad, integrándola en su desarrollo personal como factor de diálogo, para fomentar la cohesión social.

Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (2,5)

Al completar la enseñanza básica, el alumno o la alumna…
STEM1. Utiliza métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones conocidas, y selecciona y emplea diferentes estrategias para resolver problemas analizando críticamente las soluciones y reformulando el procedimiento, si fuera necesario.
STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación y la indagación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y las limitaciones de la ciencia.
▪ Usa el pensamiento científico relacionado en la práctica física ▪ Utiliza herramientas e instrumentos de forma adecuada en la actividad.
STEM3. Plantea y desarrolla proyectos diseñando, fabricando y evaluando diferentes prototipos o modelos para generar o utilizar productos que den solución a una necesidad o problema de forma creativa y en equipo, procurando la participación de todo el grupo, resolviendo pacíficamente los conflictos que puedan surgir, adaptándose ante la incertidumbre y valorando la importancia de la sostenibilidad.
STEM4. Interpreta y transmite los elementos más relevantes de procesos, razonamientos, demostraciones, métodos y resultados científicos, matemáticos y tecnológicos de forma clara y precisa y en diferentes formatos (gráficos, tablas, diagramas, fórmulas, esquemas, símbolos...), aprovechando de forma crítica la cultura digital e incluyendo el lenguaje matemático-formal con ética y responsabilidad, para compartir y construir nuevos conocimientos.
STEM5. Emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, mental y social, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica

Al completar la enseñanza básica, el alumno o la alumna…
principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, valorando su impacto global y practicando el consumo responsable.
▪ Utiliza el cuerpo de forma saludable en el plano físico, social y mental ▪ Realiza de forma segura actividades en su entorno próximo.

Competencia digital (4)

Al completar la enseñanza básica, el alumno o la alumna…
CD1. Realiza búsquedas en internet atendiendo a criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionando los resultados de manera crítica y archivándolos, para recuperarlos, referenciarlos y reutilizarlos, respetando la propiedad intelectual.
CD2. Gestiona y utiliza su entorno personal digital de aprendizaje para construir conocimiento y crear contenidos digitales, mediante estrategias de tratamiento de la información y el uso de diferentes herramientas digitales, seleccionando y configurando la más adecuada en función de la tarea y de sus necesidades de aprendizaje permanente.
CD3. Se comunica, participa, colabora e interactúa compartiendo contenidos, datos e información mediante herramientas o plataformas virtuales, y gestiona de manera responsable sus acciones, presencia y visibilidad en la red, para ejercer una ciudadanía digital activa, cívica y reflexiva.
CD4. Identifica riesgos y adopta medidas preventivas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente, y para tomar conciencia de la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.
▪ Uso adecuado de las tecnologías digitales ▪ Es capaz de tomar conciencia de las prácticas digitales.
CD5. Desarrolla aplicaciones informáticas sencillas y soluciones tecnológicas creativas y sostenibles para resolver problemas concretos o responder a retos propuestos, mostrando interés y curiosidad por la evolución de las tecnologías digitales y por su desarrollo sostenible y uso ético.

Competencia personal, social y aprender a aprender (todas)

Al completar la enseñanza básica, el alumno o la alumna…
CPSAA1. Regula y expresa sus emociones, fortaleciendo el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de propósito y motivación hacia el aprendizaje, para

Al completar la enseñanza básica, el alumno o la alumna…
gestionar los retos y cambios y armonizarlos con sus propios objetivos.
▪ Uso de las emociones ▪ Analiza adecuadamente sus retos.
CPSAA2. Comprende los riesgos para la salud relacionados con factores sociales, consolida estilos de vida saludable a nivel físico y mental, reconoce conductas contrarias a la convivencia y aplica estrategias para abordarlas.
▪ Analiza los riesgos para la salud en la actividad física ▪ Lleva un estilo de vida saludable
CPSAA3. Comprende proactivamente las perspectivas y las experiencias de las demás personas y las incorpora a su aprendizaje, para participar en el trabajo en grupo, distribuyendo y aceptando tareas y responsabilidades de manera equitativa y empleando estrategias cooperativas.
▪ Es capaz de adoptar un rol dentro de un equipo ▪ Emplea estrategias cooperativas
CPSAA4. Realiza autoevaluaciones sobre su proceso de aprendizaje, buscando fuentes fiables para validar, sustentar y contrastar la información y para obtener conclusiones relevantes.
▪ Aplica herramientas de autoevaluación y metacognición e incorpora los resultados en las prácticas futuras. ▪ Es capaz de extraer conclusiones de forma autónoma sobre sus propios procesos cognitivos
CPSAA5. Planea objetivos a medio plazo y desarrolla procesos metacognitivos de retroalimentación para aprender de sus errores en el proceso de construcción del conocimiento.
▪ Se marca objetivos ▪ Es capaz de diseñar un plan de actuación ▪ Evalúa y aplica conclusiones en la ejecución del plan

Competencia ciudadana (2,3,4)

Al completar la enseñanza básica, el alumno o la alumna…
CC1. Analiza y comprende ideas relativas a la dimensión social y ciudadana de su propia identidad, así como a los hechos culturales, históricos y normativos que la determinan, demostrando respeto por las normas, empatía, equidad y espíritu constructivo en la interacción con los demás en cualquier contexto.
CC2. Analiza y asume fundadamente los principios y valores que emanan del proceso de integración europea, la Constitución española y los derechos humanos y de la infancia, participando en actividades comunitarias, como la toma de decisiones o la

Al completar la enseñanza básica, el alumno o la alumna…
resolución de conflictos, con actitud democrática, respeto por la diversidad, y compromiso con la igualdad de género, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.
▪ Utiliza un vocabulario correcto que aboga por la igualdad ▪ Es capaz de expresar su opinión con respecto
CC3. Comprende y analiza problemas éticos fundamentales y de actualidad, considerando críticamente los valores propios y ajenos, y desarrollando juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.
▪ Conoce y aplica los principios del diálogo ▪ Entiende y aplica los principios de la argumentación ▪ Practica la conversación de forma respetuosa y cívica
CC4. Comprende las relaciones sistémicas de interdependencia, ecodependencia e interconexión entre actuaciones locales y globales, y adopta, de forma consciente y motivada, un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable.
▪ Lleva un estilo de vida sostenible ▪ Lleva un estilo de vida responsable.

Competencia emprendedora (todas)

Al completar la enseñanza básica, el alumno o la alumna…
CE1. Analiza necesidades y oportunidades y afronta retos con sentido crítico, haciendo balance de su sostenibilidad, valorando el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar ideas y soluciones innovadoras, éticas y sostenibles, dirigidas a crear valor en el ámbito personal, social, educativo y profesional.
▪ Tiene una actitud proactiva ▪ Es capaz de expresar su opinión y sus ideas con un vocabulario preciso y adecuado
CE2. Evalúa las fortalezas y debilidades propias, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, y comprende los elementos fundamentales de la economía y las finanzas, aplicando conocimientos económicos y financieros a actividades y situaciones concretas, utilizando destrezas que favorezcan el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios que lleven a la acción una experiencia emprendedora que genere valor.
▪ Conoce los diferentes conceptos relacionados con el desarrollo personal ▪ Es capaz de utilizar un vocabulario que le permite canalizar la expresión de esos conceptos
CE3. Desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones valiosas y toma

Al completar la enseñanza básica, el alumno o la alumna…
decisiones, de manera razonada, utilizando estrategias ágiles de planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para llevar a término el proceso de creación de prototipos innovadores y de valor, considerando la experiencia como una oportunidad para aprender.
▪ Es capaz de organizar su discurso y sus ideas ▪ Es capaz de plasmar lingüísticamente sus ideas

Competencia en conciencia y expresión culturales (todas)

Al completar la enseñanza básica, el alumno o la alumna…
CEC1. Conoce, aprecia críticamente y respeta el patrimonio cultural y artístico, implicándose en su conservación y valorando el enriquecimiento inherente a la diversidad cultural y artística.
▪ Conoce el patrimonio artístico en sus diferentes manifestaciones ▪ Es capaz de comprender el valor del patrimonio artístico
CEC2. Disfruta, reconoce y analiza con autonomía las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, distinguiendo los medios y soportes, así como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.
▪ Identifica la especificidad de la actividad física como patrimonio artístico
CEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones por medio de producciones culturales y artísticas, integrando su propio cuerpo y desarrollando la autoestima, la creatividad y el sentido del lugar que ocupa en la sociedad, con una actitud empática, abierta y colaborativa.
▪ Entiende la relación entre arte y emoción ▪ Es capaz de expresar emociones a través de diferentes manifestaciones artísticas ▪ Comprende la relación entre la manifestación artística que la produce y la sociedad
CEC4. Conoce, selecciona y utiliza con creatividad diversos medios y soportes, así como técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para la creación de productos artísticos y culturales, tanto de forma individual como colaborativa, identificando oportunidades de desarrollo personal, social y laboral, así como de emprendimiento.
▪ Utiliza diferentes formas de expresión artística en relación con la actividad física ▪ Trata diferentes temas

2.3.2. Vinculación entre competencias específicas de Educación Física y descriptores operativos de competencias Clave. Educación Secundaria

Competencia específica	Descriptores operativos
1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable [..]	CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4
2. Adaptar, con progresiva autonomía […]	CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3.
3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva […]	CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC3
4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones [...]	CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4.
5. Adoptar un estilo de vida sostenible y responsable […]	STEM5, CC4, CE1, CE3.

RESUMEN VISUAL VINCULACIÓN COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y DESCRIPTORES- ESO																																
	CCL					CP			STEM					CD					CPSAA					CC				CEC				CE		
	1	2	3	4	5	1	2	3	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3
1			x							x			x				x			x		x											
2																						x	x										x	x
3					x														x		x		x			X								
4																									x	x		x	x	x	x			
5													x														x					x		x

2.3.3. Perfil de salida bachillerato

A continuación, se enuncian los descriptores operativos del nivel de adquisición esperado al término del Bachillerato.

Es importante señalar que la adquisición de cada una de las competencias Clave contribuye a la adquisición de todas las demás. No existe jerarquía entre ellas, ni puede establecerse una correspondencia exclusiva con una única materia, sino que todas se concretan en los aprendizajes de las distintas materias y, a su vez, se adquieren y desarrollan a partir de los aprendizajes que se producen en el conjunto de las mismas.

Competencia en comunicación lingüística (5)

Al completar el Bachillerato, el alumno o la alumna…
CL1. Se expresa de forma oral, escrita, signada o multimodal con fluidez, coherencia, corrección y adecuación a los diferentes contextos sociales y académicos, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa tanto para intercambiar información, crear conocimiento y argumentar sus opiniones como para establecer y cuidar sus relaciones interpersonales.
CL2. Comprende, interpreta y valora con actitud crítica textos orales, escritos, signados o multimodales de los distintos ámbitos, con especial énfasis en los textos académicos y de los medios de comunicación, para participar en diferentes contextos de manera activa e informada y para construir conocimiento.
CL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera autónoma información procedente de diferentes fuentes evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla de manera clara y rigurosa adoptando un punto de vista creativo y crítico a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.
CL4. Lee con autonomía obras relevantes de la literatura poniéndolas en relación con su contexto socio histórico de producción, con la tradición literaria anterior y posterior y examinando la huella de su legado en la actualidad, para construir y compartir su propia interpretación argumentada de las obras, crear y recrear obras de intención literaria y conformar progresivamente un mapa cultural.
CCCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando y rechazando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.
▪ Utiliza el diálogo de manera adecuada en la resolución de conflictos

Al completar el Bachillerato, el alumno o la alumna…
▪ Rechaza actitudes discriminatorias como el abuso de poder

Competencia plurilingüe (CP) (Ninguna)

Al completar el Bachillerato, el alumno o la alumna…
CP1. Utiliza con fluidez, adecuación y aceptable corrección una o más lenguas, además de la lengua familiar o de las lenguas familiares, para responder a sus necesidades comunicativas con espontaneidad y autonomía en diferentes situaciones y contextos de los ámbitos personal, social, educativo y profesional.
CP2. A partir de sus experiencias, desarrolla estrategias que le permitan ampliar y enriquecer de forma sistemática su repertorio lingüístico individual con el fin de comunicarse de manera eficaz.
CP3. Conoce y valora críticamente la diversidad lingüística y cultural presente en la sociedad, integrándola en su desarrollo personal y anteponiendo la comprensión mutua como característica central de la comunicación, para fomentar la cohesión social.

Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (STEM) (2,5)

Al completar el Bachillerato, el alumno o la alumna…
STEM1. Selecciona y utiliza métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones propias de la modalidad elegida y emplea estrategias variadas para la resolución de problemas analizando críticamente las soluciones y reformulando el procedimiento, si fuera necesario.
STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar fenómenos relacionados con la modalidad elegida, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose hipótesis y contrastándolas o comprobándolas mediante la observación, la experimentación y la investigación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y limitaciones de los métodos empleados.
▪ Usa adecuadamente el cuerpo en la disciplina motriz ▪ Muestra una actitud crítica acerca de sus posibilidades motoras
STEM3. Plantea y desarrolla proyectos diseñando y creando prototipos o modelos para generar o utilizar productos que den solución a una necesidad o problema de forma colaborativa, procurando la participación de todo el grupo, resolviendo pacíficamente los conflictos que puedan surgir, adaptándose ante la incertidumbre y evaluando el producto obtenido de acuerdo a los objetivos propuestos, la

Al completar el Bachillerato, el alumno o la alumna…
sostenibilidad y el impacto transformador en la sociedad.
STEM4. Interpreta y transmite los elementos más relevantes de investigaciones de forma clara y precisa, en diferentes formatos (gráficos, tablas, diagramas, fórmulas, esquemas, símbolos.) y aprovechando la cultura digital con ética y responsabilidad y valorando de forma crítica la contribución de la ciencia y la tecnología en el cambio de las condiciones de vida para compartir y construir nuevos conocimientos.
STEM5. Planea y emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física y mental, y preservar el medio ambiente y los seres vivos, practicando el consumo responsable, aplicando principios de ética y seguridad para crear valor y transformar su entorno de forma sostenible adquiriendo compromisos como ciudadano en el ámbito local y global.
▪ Promueve la salud física y mental en la práctica deportiva ▪ Uso adecuado del medio ambiente ▪ Compromiso con el entorno

Competencia digital (CD) (1,4)

Al completar el Bachillerato, el alumno o la alumna…
CD1. Realiza búsquedas avanzadas comprendiendo cómo funcionan los motores de búsqueda en internet aplicando criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionando los resultados de manera crítica y organizando el almacenamiento de la información de manera adecuada y segura para referenciarla y reutilizarla posteriormente.
▪ Uso correcto de internet ▪ Selecciona adecuadamente la información
CD2. Crea, integra y reelabora contenidos digitales de forma individual o colectiva, aplicando medidas de seguridad y respetando, en todo momento, los derechos de autoría digital para ampliar sus recursos y generar nuevo conocimiento.
CD3. Selecciona, configura y utiliza dispositivos digitales, herramientas, aplicaciones y servicios en línea y los incorpora en su entorno personal de aprendizaje digital para comunicarse, trabajar colaborativamente y compartir información, gestionando de manera responsable sus acciones, presencia y visibilidad en la red y ejerciendo una ciudadanía digital activa, cívica y reflexiva.
CD4. Evalúa riesgos y aplica medidas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente y hace un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.
▪ Uso seguro de las tecnologías digitales ▪ Evalúa los riesgos de las nuevas tecnologías

Al completar el Bachillerato, el alumno o la alumna…
CD5. Desarrolla soluciones tecnológicas innovadoras y sostenibles para dar respuesta a necesidades concretas, mostrando interés y curiosidad por la evolución de las tecnologías digitales y por su desarrollo sostenible y uso ético.

Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA) (1,2,4,5)

Al completar el Bachillerato, el alumno o la alumna…
CPSAA1.1 Fortalece el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de objetivos de forma autónoma para hacer eficaz su aprendizaje. ▪ Trabaja de forma autónoma en su aprendizaje CPSAA1.2 Desarrolla una personalidad autónoma, gestionando constructivamente los cambios, la participación social y su propia actividad para dirigir su vida. ▪ Es capaz de asumir los cambios como parte de su planificación
CPSAA2. Adopta de forma autónoma un estilo de vida sostenible y atiende al bienestar físico y mental propio y de los demás, buscando y ofreciendo apoyo en la sociedad para construir un mundo más saludable.
▪ Lleva un estilo de vida saludable ▪ Apoya a los demás para conseguirlo
CPSAA3.1 Muestra sensibilidad hacia las emociones y experiencias de los demás, siendo consciente de la influencia que ejerce el grupo en las personas, para consolidar una personalidad empática e independiente y desarrollar su inteligencia. CPSAA3.2 Distribuye en un grupo las tareas, recursos y responsabilidades de manera ecuánime, según sus objetivos, favoreciendo un enfoque sistémico para contribuir a la consecución de objetivos compartidos.
CPSAA4. Compara, analiza, evalúa y sintetiza datos, información e ideas de los medios de comunicación, para obtener conclusiones lógicas de forma autónoma, valorando la fiabilidad de las fuentes.
▪ Utiliza adecuadamente los medios de comunicación para obtener ideas ▪ Evalúa dichas informaciones de manera autónoma
CPSAA5. Planifica a largo plazo evaluando los propósitos y los procesos de la construcción del conocimiento, relacionando los diferentes campos del mismo para desarrollar procesos autorregulados de aprendizaje que le permitan transmitir ese conocimiento, proponer ideas creativas y resolver problemas con autonomía.
▪ Es capaz de programarse y planificarse con autonomía.

Competencia ciudadana (CC) (1,3,4)

Al completar el Bachillerato, el alumno o la alumna…
CC1. Analiza hechos, normas e ideas relativas a la dimensión social, histórica, cívica y moral de su propia identidad, para contribuir a la consolidación de su madurez personal y social, adquirir una conciencia ciudadana y responsable, desarrollar la autonomía y el espíritu crítico, y establecer una interacción pacífica y respetuosa con los demás y con el entorno.
▪ Adquiere una conciencia ciudadana responsable ▪ Interacciona pacífica y respetuosamente con los demás
CC2. Reconoce, analiza y aplica en diversos contextos, de forma crítica y consecuente, los principios, ideales y valores relativos al proceso de integración europea, la Constitución Española, los derechos humanos, y la historia y el patrimonio cultural propios, a la vez que participa en todo tipo de actividades grupales con una actitud fundamentada en los principios y procedimientos democráticos, el compromiso ético con la igualdad, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.
CC3. Adopta un juicio propio y argumentado ante problemas éticos y filosóficos fundamentales y de actualidad, afrontando con actitud dialogante la pluralidad de valores, creencias e ideas, rechazando todo tipo de discriminación y violencia, y promoviendo activamente la igualdad y corresponsabilidad efectiva entre mujeres y hombres.
▪ Resuelve los problemas argumentadamente ▪ Rechaza cualquier tipo de discriminación
CC4. Analiza las relaciones de interdependencia y ecodependencia entre nuestras formas de vida y el entorno, realizando un análisis crítico de la huella ecológica de las acciones humanas, y demostrando un compromiso ético y ecosocialmente responsable con actividades y hábitos que conduzcan al logro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible y la lucha contra el cambio climático.
▪ Es capaz de valorar la huella ecológica de nuestras acciones ▪ Tiene un compromiso responsable ante los ODS ▪ Lucha contra el cambio climático

Competencia emprendedora (CE)(1,2,3)

Al completar el Bachillerato, el alumno o la alumna…
CE1. Evalúa necesidades y oportunidades y afronta retos, con sentido crítico y ético, evaluando su sostenibilidad y comprobando, a partir de conocimientos técnicos específicos, el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar y ejecutar ideas y soluciones innovadoras dirigidas a distintos contextos, tanto locales como globales, en el ámbito personal, social y académico con proyección profesional emprendedora.
▪ Afronta los retos con sentido crítico y ético

Al completar el Bachillerato, el alumno o la alumna…
▪ Ejecuta ideas y soluciones innovadoras
CE2. Evalúa y reflexiona sobre las fortalezas y debilidades propias y las de los demás, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, interioriza los conocimientos económicos y financieros específicos y los transfiere a contextos locales y globales, aplicando estrategias y destrezas que agilicen el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios, que lleven a la acción una experiencia o iniciativa emprendedora de valor.
▪ Analiza adecuadamente las fortalezas y debilidades suyas y de los demás ▪ Prioriza el trabajo en equipo y colaborativo
CE3. Lleva a cabo el proceso de creación de ideas y soluciones innovadoras y toma decisiones, con sentido crítico y ético, aplicando conocimientos técnicos específicos y estrategias ágiles de planificación y gestión de proyectos, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para elaborar un prototipo final de valor para los demás, considerando tanto la experiencia de éxito como de fracaso, una oportunidad para aprender.
▪ Propone soluciones e ideas innovadoras en las diferentes manifestaciones deportivas ▪ Reflexiona acerca del proceso en dichas actividades.

Competencia en conciencia y expresión culturales (CEC) (1)

Al completar el Bachillerato, el alumno o la alumna…
CEC1. Reflexiona, promueve y valora críticamente el patrimonio cultural y artístico de cualquier época, contrastando sus singularidades y partiendo de su propia identidad, para defender la libertad de expresión, la igualdad y el enriquecimiento inherente a la diversidad.
▪ Valora el patrimonio artístico de las diferentes manifestaciones deportivas ▪ Defiende la igualdad como parte de la diversidad
CEC2. Investiga las especificidades e intencionalidades de diversas manifestaciones artísticas y culturales del patrimonio, mediante una postura de recepción activa y deleite, diferenciando y analizando los distintos contextos, medios y soportes en que se materializan, así como los lenguajes y elementos técnicos y estéticos que las caracterizan.
CEC3.1 Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones con creatividad y espíritu crítico, realizando con rigor sus propias producciones culturales y artísticas, para participar de forma activa en la promoción de los derechos humanos y los procesos de socialización y de construcción de la identidad personal que se derivan de la práctica artística. CEC3.2 Descubre la autoexpresión, a través de la interactuación corporal y la experimentación con diferentes herramientas y lenguajes artísticos, enfrentándose a

Al completar el Bachillerato, el alumno o la alumna…
situaciones creativas con una actitud empática y colaborativa, y con autoestima, iniciativa e imaginación.
CEC4.1 Selecciona e integra con creatividad diversos medios y soportes, así como técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para diseñar y producir proyectos artísticos y culturales sostenibles, analizando las oportunidades de desarrollo personal, social y laboral que ofrecen sirviéndose de la interpretación, la ejecución, la improvisación o la composición.
CCCEC4.2 Planifica, adapta y organiza sus conocimientos, destrezas y actitudes para responder con creatividad y eficacia a los desempeños derivados de una producción cultural o artística, individual o colectiva, utilizando diversos lenguajes, códigos, técnicas, herramientas y recursos plásticos, visuales, audiovisuales, musicales, corporales o escénicos, valorando tanto el proceso como el producto final y comprendiendo las oportunidades personales, sociales, inclusivas y económicas que ofrecen.

2.3.4. Vinculación entre competencias específicas de Educación Física (Bachillerato) y descriptores operativos de competencias Clave.

Competencia específica	Descriptores operativos
1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo […]	STEM2, STEM5, CD1, CD4, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5, CE3.
2. Adaptar autónomamente las capacidades físicas […]	CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3.
3. Difundir y promover nuevas prácticas motrices […]	CCL5, CPSAA1.1, CPSAA2, CPSAA5, CC3.
4. Analizar críticamente e investigar acerca de las prácticas [...]	STEM5, CPSAA1.2, CC1, CCEC1.
5. Implementar un estilo de vida sostenible […]	STEM5, CPSAA1.2, CPSAA2, CC4, CE1.

RESUMEN VISUAL VINCULACIÓN COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y DESCRIPTORES - BACHILLERATO																																
	CCL					CP			STEM					CD					CPSAA					CC				CEC				CE		
	1	2	3	4	5	1	2	3	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3
1										x			x	x			x		x				x										x
2																			x			x											x	x
3					x														x	x			x				x							
4													x						x					x				x						
5													x						x	x							x					x		

3. OBJETIVOS

3.1. Objetivos generales de etapa – Educación Secundaria Obligatoria (LOMLOE)

Artículo 2 del Real Decreto 217/2022 – 243 /2022

Se definen los objetivos como los ogros que se espera que el alumnado haya alcanzado al finalizar la etapa y cuya consecución está vinculada a la adquisición de las competencias Clave.

La Educación Secundaria Obligatoria contribuirá a desarrollar en los alumnos y las alumnas las capacidades que les permitan (Artículo 7. Decreto 82/2022):

a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a las demás personas, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.

b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.

c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres.

d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con las demás personas, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, incluidos los derivados por razón de distintas etnias, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.

e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Desarrollar las competencias

tecnológicas básicas y avanzar en una reflexión ética sobre su funcionamiento y utilización.

f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.

g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.

h) Comprender y expresarse en la lengua castellana con corrección, tanto de forma oral, como escrita, utilizando textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.

l) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada, aproximándose a un nivel A2 del Marco Común Europeo de Referencia de las Lenguas.

j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia de España, y específicamente de Castilla-La Mancha, así como su patrimonio artístico y cultural. Este conocimiento, valoración y respeto se extenderá también al resto de comunidades autónomas, en un contexto europeo y como parte de un entorno global mundial.

k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado, la empatía y el respeto hacia

los seres vivos, especialmente los animales, y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.

l) Conocer los límites del planeta en el que vivimos y los medios a su alcance para procurar que los recursos prevalezcan en el espacio el máximo tiempo posible, abandonando el modelo de economía lineal seguido hasta el momento y adquiriendo hábitos de conducta y conocimientos propios de una economía circular.

m) Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación, conociendo y valorando las propias castellano-manchegas, los hitos y sus personajes y representantes más destacados.

3.2. Objetivos generales de etapa – Bachillerato (LOMLOE)

El Bachillerato contribuirá a desarrollar en los alumnos y las alumnas las capacidades que les permitan (Artículo 7. Decreto 83/2033):

a) Ejercer la ciudadanía democrática desde una perspectiva global y adquirir una conciencia cívica responsable, inspirada por los valores de la Constitución Española y por los derechos humanos, que fomente la corresponsabilidad en la construcción de una sociedad justa y equitativa.

b) Consolidar una madurez personal, afectivo-sexual y social que les permita actuar de forma respetuosa, responsable y autónoma, desarrollar su espíritu crítico, además de prever, detectar y resolver pacíficamente los conflictos personales, familiares y sociales, así como las posibles situaciones de violencia.

c) Fomentar la igualdad efectiva de derechos y oportunidades de mujeres y hombres, analizar y valorar críticamente las desigualdades existentes, así como el

reconocimiento y enseñanza del papel de las mujeres en cualquier momento y lugar, particularmente en Castilla-La Mancha, impulsando la igualdad real y la no discriminación por razón de nacimiento, sexo, origen racial o étnico, discapacidad, edad, enfermedad, religión o creencias, orientación sexual o identidad de género, además de por cualquier otra condición o circunstancia, tanto personal como social.

d) Afianzar los hábitos de lectura, estudio y disciplina como condiciones necesarias para el eficaz aprovechamiento del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.

e) Dominar la lengua castellana tanto en su expresión oral como escrita.

f) Expresarse, con fluidez y corrección, en una o más lenguas extranjeras, aproximándose, al menos en una de ellas, a un nivel B1 del Marco Común Europeo de Referencia de las Lenguas, como mínimo.

g) Utilizar, con solvencia y responsabilidad, las tecnologías de la información y la comunicación.

h) Conocer y valorar críticamente las realidades del mundo contemporáneo, sus antecedentes históricos y los principales factores de su evolución. Participar de forma solidaria en el desarrollo y mejora de su entorno social, respetando y valorando específicamente, los aspectos básicos de la cultura y la historia, con especial atención a los de Castilla-La Mancha, así como su patrimonio artístico y cultural.

i) Acceder a los conocimientos científicos y tecnológicos fundamentales, además de dominar las habilidades básicas propias de la modalidad elegida.

j) Comprender los elementos y procedimientos fundamentales de la investigación y de los métodos científicos. Conocer y valorar, de forma crítica, la contribución de la

ciencia y la tecnología al cambio de las condiciones de vida, así como afianzar la sensibilidad y el respeto hacia el medio ambiente.

k) Afianzar el espíritu emprendedor con actitudes de creatividad, flexibilidad, iniciativa, trabajo en equipo, confianza en uno mismo y sentido crítico.

l) Desarrollar la sensibilidad artística, literaria y el criterio estético como fuentes de formación y enriquecimiento cultural, conociendo y valorando creaciones artísticas, entre ellas las castellano-manchegas, sus hitos, sus personajes y representantes más destacados.

m) Utilizar la educación física y el deporte para favorecer el desarrollo personal y social, afianzando los hábitos propios de las actividades físico-deportivas para favorecer el bienestar físico y mental.

n) Afianzar actitudes de respeto y prevención en el ámbito de la movilidad segura y saludable.

ñ) Fomentar una actitud responsable y comprometida en la lucha contra el cambio climático y en la defensa del desarrollo sostenible.

o) Conocer los límites de los recursos naturales del planeta y los medios disponibles para procurar su preservación, durante el máximo tiempo posible, abandonando el modelo de economía lineal seguido hasta el momento y adoptando tanto los hábitos de conducta como los conocimientos propios de una economía circular.

3.3. Vinculación entre Objetivos Generales de Etapa, Competencias Clave y Competencias específicas

OBJETIVOS GENERALES DE ETAPA – SECUNDARIA	COMPETENCIAS CLAVE								COMPETENCIAS ESPECÍFICAS				
La Educación Secundaria Obligatoria contribuirá a desarrollaren los alumnos y las alumnas las capacidades que les permitan:	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC	1	2	3	4	5
a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a los demás, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.											x		
b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.									x		X		
c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres.											X		
d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como rechazar la violencia, los pre-juicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos											X		
e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Desarrollar las competencias tecnológicas básicas y avanzar en una reflexión ética sobre su funcionamiento y utilización											X		

f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.										x			
g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la con-fianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.											x		
h) Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana y, si la hubiere, en la lengua cooficial de la Comunidad Autónoma, textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.													
i)Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada, aproximándose a un nivel A2 del Marco Común Europeo de Referencia de las Lenguas.													
j)Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia de España, y específicamente de Castilla-La Mancha, así como su patrimonio artístico y cultural. Este conocimiento, valoración y respeto se extenderá también al resto de comunidades autónomas, en un contexto europeo y como parte de un entorno global mundial												X	
k)Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado, la empatía y el respeto hacia los seres vivos,									x	x	x	x	x

especialmente los animales, y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.													
l)Conocer los límites del planeta en el que vivimos y los medios a su alcance para procurar que los recursos prevalezcan en el espacio el máximo tiempo posible, abandonando el modelo de economía lineal seguido hasta el momento y adquiriendo hábitos de conducta y conocimientos propios de una economía circular.													x
m) Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación, conociendo y valorando las propias castellano-manchegas, los hitos y su personajes y representantes más destacados.												x	

OBJETIVOS GENERALES DE ETAPA – BACHILLERATO	**COMPETENCIAS CLAVE**								**COMPETENCIAS ESPECÍFICAS**				
La Educación Secundaria Obligatoria contribuirá a desarrollaren los alumnos y las alumnas las capacidades que les permitan:	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCCEC	1	2	3	4	5
a) Ejercer la ciudadanía democrática desde una perspectiva global y adquirir una conciencia cívica responsable, inspirada por los valores de la Constitución Española y por los derechos humanos, que fomente la corresponsabilidad en la construcción de una sociedad justa y equitativa.											x		

b) Consolidar una madurez personal, afectivo-sexual y social que les permita actuar de forma respetuosa, responsable y autónoma, desarrollar su espíritu crítico, además de prever, detectar y resolver pacíficamente los conflictos personales, familiares y sociales, así como las posibles situaciones de violencia.											x	x	
c) Fomentar la igualdad efectiva de derechos y oportunidades de mujeres y hombres, analizar y valorar críticamente las desigualdades existentes, así como el reconocimiento y enseñanza del papel de las mujeres en cualquier momento y lugar, particularmente en Castilla-La Mancha, impulsando la igualdad real y la no discriminación por razón de nacimiento, sexo, origen racial o étnico, discapacidad, edad, enfermedad, religión o creencias, orientación sexual o identidad de género, además de por cualquier otra condición o circunstancia, tanto personal como social.											x		
d) Afianzar los hábitos de lectura, estudio y disciplina como condiciones necesarias para el eficaz aprovechamiento del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.											x		
e) Dominar la lengua castellana tanto en su expresión oral como escrita.													
f) Expresarse, con fluidez y corrección, en una o más lenguas extranjeras, aproximándose, al menos en una de ellas, a un nivel B1 del Marco Común Europeo de Referencia de las Lenguas, como mínimo.													
g) Utilizar, con solvencia y responsabilidad, las tecnologías de la información y la comunicación.										x			

h) Conocer y valorar críticamente las realidades del mundo contemporáneo, sus antecedentes históricos y los principales factores de su evolución. Participar de forma solidaria en el desarrollo y mejora de su entorno social, respetando y valorando específicamente, los aspectos básicos de la cultura y la historia, con especial atención a los de Castilla-La Mancha, así como su patrimonio artístico y cultural.												x	x
i) Acceder a los conocimientos científicos y tecnológicos fundamentales, además de dominar las habilidades básicas propias de la modalidad elegida.										x			
j) Comprender los elementos y procedimientos fundamentales de la investigación y de los métodos científicos. Conocer y valorar, de forma crítica, la contribución de la ciencia y la tecnología al cambio de las condiciones de vida, así como afianzar la sensibilidad y el respeto hacia el medio ambiente.													x
k) Afianzar el espíritu emprendedor con actitudes de creatividad, flexibilidad, iniciativa, trabajo en equipo, confianza en uno mismo y sentido crítico.										x			
l) Desarrollar la sensibilidad artística, literaria y el criterio estético como fuentes de formación y enriquecimiento cultural, conociendo y valorando creaciones artísticas, entre ellas las castellano-manchegas, sus hitos, sus personajes y representantes más destacados.												x	
m) Utilizar la educación física y el deporte para favorecer el desarrollo personal y social, afianzando los hábitos propios de las actividades físico-deportivas para favorecer el bienestar físico y mental.									x	x	x	x	x
n) Afianzar actitudes de respeto y prevención en el ámbito de la											x		x

movilidad segura y saludable.													
ñ) Fomentar una actitud responsable y comprometida en la lucha contra el cambio Climático y en la defensa del desarrollo sostenible.													x
o) Conocer los límites de los recursos naturales del planeta y los medios disponibles para procurar su preservación, durante el máximo tiempo posible, abandonando el modelo de economía lineal seguido hasta el momento y adoptando tanto los hábitos de conducta como los conocimientos propios de una economía circular.													X

4. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

Artículo 2- Real Decreto 217 /2022 – 243/ 2022. Se definen las competencias específicas como desempeños que el alumnado debe poder desplegar en actividades o en situaciones cuyo abordaje requiere de los saberes básicos de cada materia. Las competencias específicas constituyen un elemento de conexión entre, por una parte, las competencias Clave, y por otra, los saberes básicos de las materias y los criterios de evaluación.

4.1. Competencias específicas Educación Secundaria

1- Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.

2-Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

3-Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos

o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

4-Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses

económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.

5-Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación

del medio natural y urbano.

4.2. Competencias específicas Bachillerato

1- Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.

2- Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna

de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

3- Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia.

4- Analizar críticamente e investigar acerca de las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución desde la perspectiva de género y desde los intereses económicos, políticos y sociales que hayan condicionado su desarrollo, practicándolas y fomentando su conservación para ser capaz de defender

desde una postura ética y contextualizada los valores que transmiten.

5- Implementar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, y asumiendo responsabilidades en la seguridad de las prácticas, para contribuir activamente al mantenimiento y cuidado del medio natural y urbano y dar a conocer su potencial entre los miembros de la comunidad.

5. SABERES BÁSICOS Y CONTENIDOS

5.1. 1º, 2º, 3º y 4º de ESO

1º ESO

A. Vida activa y saludable

- 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 y relajación. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el mantenimiento de la postura. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado.
- 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.
- 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. Trastornos alimenticios asociados a la práctica de la actividad física y deporte.

B. Organización y gestión de la actividad física

- Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación. Deportes individuales. Conocimiento y práctica de modalidades clásicas y nuevas tendencias en la práctica deportiva individual, tales como: el atletismo, running, marcha nórdica u otros. Juegos de estrategia, como pueden ser el castillo, atrapa la bandera y otros, para el aprendizaje de los principios de ataque y defensa y su transferencia a los deportes colectivos. Práctica de situaciones deportivas cooperativas. Deportes de adversario en los que se apliquen, de forma integrada, los

elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. Los juegos y deportes alternativos, como el kickbol, ringo, datchball u otros, que propicien el desarrollo de experiencias grupales mediante situaciones de aprendizaje ajustadas a nuestras potencialidades.

- La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.
- Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
- Actuaciones ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Conducta PAS (proteger, avisar, socorrer). Protocolo 112. Soporte vital básico (SVB). Normas RICE (rest, ice, compression, elevation).

C. Resolución de problemas en situaciones motrices

- 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 patrones motores del adversario para actuar 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-oposición de persecución y de interacción con un móvil.
- 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.
- Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Propuestas lúdicas como recurso didáctico.
- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas.
- Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.
- Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, autónoma, saludable y segura.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices

- 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.
- Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.
- Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo.
- Identificación y rechazo 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

- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad en Castilla-La Mancha, tales como: billa, calva, seguidilla manchega u otros.
- Usos comunicativos de la corporalidad: expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. Técnicas de interpretación.
- Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo, tales como: coreografías con combas y montajes de acrogimnasia.
- Deporte y perspectiva de género: medios de comunicación y promoción del deporte en igualdad. Presencia y relevancia de figuras del deporte. Análisis crítico. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos y técnicas, etc.).

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno

- Normas de uso: respeto a las normas viales en desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible: urbanos y naturales (rutas, grandes rutas, senderos y otras).

- La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.
- Iniciación en diversas actividades físico-deportivas de bajo impacto como rastreo, senderismo, marcha nórdica, escalada u otras, que le permitan al alumnado conocer su entorno natural, disfrutar del mismo y ayudar a su cuidado, conservación y mejora.
- Aproximación a las herramientas digitales, como medio de adquisición de información y análisis, en la práctica de nuestras actividades.
- Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos y posibles consecuencias graves de los mismos.

2º ESO

A. Vida activa y saludable

- 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 y relajación. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el mantenimiento de la postura. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado.
- 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.
- 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. Trastornos alimenticios asociados a la práctica de la actividad física y deporte.

B. Organización y gestión de la actividad física

- Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación. Deportes individuales. Conocimiento y práctica de modalidades clásicas y nuevas tendencias en la práctica deportiva individual, tales como: el atletismo, running, marcha nórdica u otros. Juegos de estrategia, como pueden ser el castillo, atrapa la bandera y otros, para el aprendizaje de los principios de ataque y defensa y su transferencia a los deportes colectivos. Práctica de situaciones deportivas cooperativas. Deportes de adversario en los que se apliquen, de forma integrada, los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. Los juegos y deportes alternativos, como el kickbol, ringo, datchball u otros, que propicien el desarrollo de experiencias grupales mediante situaciones de aprendizaje ajustadas a nuestras potencialidades.
- Preparación de la práctica motriz: autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte.
- La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.
- Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.
- Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
- Actuaciones ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Conducta PAS (proteger, avisar, socorrer). Protocolo 112. Soporte vital básico (SVB). Normas RICE (rest, ice, compression, elevation).

C. Resolución de problemas en situaciones motrices

- 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 patrones motores del adversario para actuar 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-oposición de persecución y de interacción con un móvil.

- 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.
- Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Propuestas lúdicas como recurso didáctico.
- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas.
- Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.
- Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, autónoma, saludable y segura.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices

- 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.
- Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.
- Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo.
- Identificación y rechazo 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

- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad en Castilla-La Mancha, tales como: billa, calva, seguidilla manchega u otros.
- Usos comunicativos de la corporalidad: expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. Técnicas de interpretación.
- Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo, tales como: coreografías con combas y montajes de acrogimnasia.

- Deporte y perspectiva de género: medios de comunicación y promoción del deporte en igualdad. Presencia y relevancia de figuras del deporte. Análisis crítico. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos y técnicas, etc.).
- 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

- Normas de uso: respeto a las normas viales en desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible: urbanos y naturales (rutas, grandes rutas, senderos y otras).
- La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.
- Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (parkour, skate orientación urbana, circuitos de calistenia naturales y otras).
- Aproximación al patrimonio histórico y cultural de Castilla-La Mancha mediante pruebas de orientación, geolocalización y descubrimiento: Rally fotográfico u otras.
- Iniciación en diversas actividades físico-deportivas de bajo impacto como rastreo, senderismo, marcha nórdica, escalada u otras, que le permitan al alumnado conocer su entorno natural, disfrutar del mismo y ayudar a su cuidado, conservación y mejora.
- Aproximación a las herramientas digitales, como medio de adquisición de información y análisis, en la práctica de nuestras actividades.
- Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos y posibles consecuencias graves de los mismos.
- Consumo responsable: autoconstrucción de materiales para la práctica motriz.
- Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.
- Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.

3º ESO

A. Vida activa y saludable

- Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación y planificación del entrenamiento. Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares). 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. Nueva pirámide alimentaria). Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.
- Salud social: Suplementación y dopaje en el deporte. Riesgos y condicionantes éticos.
- Salud mental: exigencias y presiones de la competición. 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

- 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. Deportes individuales. Conocimiento y práctica de modalidades clásicas y nuevas tendencias en la práctica deportiva individual, tales como: trail, triatlón, marcha nórdica u otros. Juegos de estrategia y su transferencia al aprendizaje de los principios de los deportes colectivos. Deportes colectivos. Deportes de adversario. Propuestas en las que se profundice, de forma integrada, en los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. Los juegos y deportes alternativos, como el colpbol, goubak, y otros, que permitan el desarrollo de destrezas y habilidades variadas, junto con la adquisición de valores cooperativos.
- Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo.
- Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física.

- 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. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.
- Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del riesgo de los demás. Medidas colectivas de seguridad.
- Actuaciones 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

- 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 acción más 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.
- 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.
- Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia.
- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.
- Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible a través de los recursos disponibles.
- 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

- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.
- Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.
- Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.
- Identificación y rechazo 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

- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.
- Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.
- Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. Organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos.
- 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. Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte.
- Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno

- Normas de uso: respeto a las normas viales en los desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible.

- La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.
- Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas (crossfit, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia o similares).
- Aplicación de actividades físico-deportivas en el medio natural tales como: la orientación, el geocaching, carreras de Trail, la bicicleta de montaña o el raid de multiaventura.
- Utilidades de las herramientas digitales para facilitar la geolocalización, el registro y seguimiento de actividades, la navegación en entornos naturales no conocidos y la interpretación del entorno.
- Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.
- Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.

4º ESO

A. Vida activa y saludable

- Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación y planificación del entrenamiento. Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares). 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. Nueva pirámide alimentaria). Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.
- Salud social: Suplementación y dopaje en el deporte. Riesgos y condicionantes éticos.
- Salud mental: exigencias y presiones de la competición. 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

- 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. Deportes individuales. Conocimiento y práctica de modalidades clásicas y nuevas tendencias en la práctica deportiva individual, tales como: trail, triatlón, marcha nórdica u otros. Juegos de estrategia y su transferencia al aprendizaje de los principios de los deportes colectivos. Deportes colectivos. Deportes de adversario. Propuestas en las que se profundice, de forma integrada, en los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. Los juegos y deportes alternativos, como el colpbol, goubak, y otros, que permitan el desarrollo de destrezas y habilidades variadas, junto con la adquisición de valores cooperativos.
- Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo.
- Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física.
- 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. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.
- Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del riesgo de los demás. Medidas colectivas de seguridad.
- Actuaciones 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

- 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 acción más 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.

- 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.
- Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia.
- Sistemas de entrenamiento.
- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.
- Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible a través de los recursos disponibles.
- 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

- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.
- Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.
- Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.
- Identificación y rechazo 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

- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.
- Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.
- Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. Organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos.
- 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. Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte.
- Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno

- Normas de uso: respeto a las normas viales en los desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible.
- La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.
- Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas (crossfit, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia o similares).
- Aproximación al patrimonio histórico y cultural de Castilla-La Mancha, mediante pruebas de orientación, geolocalización y descubrimiento, como por ejemplo: adventure lab.
- 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.
- Aplicación de actividades físico-deportivas en el medio natural tales como: la orientación, el geocaching, carreras de Trail, la bicicleta de montaña o el raid de multiaventura.
- Utilidades de las herramientas digitales para facilitar la geolocalización, el registro y seguimiento de actividades, la navegación en entornos naturales no conocidos y la interpretación del entorno.
- Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.
- Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.
- Cuidado del entorno, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbano

5.2 1º Bachillerato LOMLOE

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 lumbopélvica) 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, como el tipo de deporte, los juegos y los deportes alternativos, el material necesario, los objetivos de la preparación, las actividades y similares.
- Selección responsable y sostenible del material deportivo. Análisis crítico de estrategias publicitarias.
- Hábitos higiénicos. Importancia y aplicación de los mismos, de forma autónoma y adecuándolos a los rasgos de las prácticas físicas.
- Autogestión de proyectos personales de carácter motor en todos los niveles (social, motivacional, organizativo o similares). Herramientas digitales para la planificación, gestión, control y mejora de la actividad física.
- 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. Medidas colectivas de seguridad.
- Actuaciones críticas ante accidentes. Conducta PAS (Proteger, Avisar, Socorrer). 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.
- Plan deportivo. Desarrollo y diseño de propuestas deportivas secuenciadas y ajustadas a las características del escenario de aplicación. Sesiones autogestionadas.
- Preparación y puesta en marcha de un evento deportivo solidario o en favor a la comunidad.
- 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 a 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.
- Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte, vinculadas tanto con aspectos económicos (sostenibilidad financiera, contratos, ingresos publicitarios, premios, subvenciones, becas y ayudas) como con aspectos sociales (comportamientos y actitudes adecuadas en aficiones y seguidores, análisis en distintos medios de comunicación, 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 razón de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, sexistas y LGTBI fóbicas).

E. Manifestaciones de la cultura motriz

- Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos 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.
- Aproximación al patrimonio histórico y cultural de Castilla-La Mancha, mediante pruebas de orientación, geolocalización y descubrimiento, como, por ejemplo: raid de multiaventura y orientabike.
- Actuaciones para la mejora del entorno urbano desde el punto de vista de la motricidad (uso deportivo, accesibilidad, movilidad, seguridad o similares).
- Diseño y creación de propuestas educativas, a través de los recursos físico-deportivos en el medio natural adquiridos en los cursos previos, que permitan conocer y aprovechar las potencialidades del entorno que nos rodea.
- Posibilidades de las herramientas digitales en el diseño de propuestas educativas.
- 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.

6 METODOLOGÍA

6.1. Orientaciones metodológicas generales – actualización LOMLOE

Según el artículo 6 del Real Decreto los principios psicopedagógicos que determinarán y organizarán la práctica educativa son los que siguen:

1. Los centros elaborarán sus propuestas pedagógicas para todo el alumnado de esta etapa atendiendo a su diversidad. Asimismo, arbitrarán métodos que tengan en cuenta los diferentes ritmos de aprendizaje del alumnado, favorezcan la capacidad de aprender por sí mismos y promuevan el trabajo en equipo.

2. Las administraciones educativas determinarán las condiciones específicas en que podrá configurarse una oferta organizada por ámbitos y dirigida a todo el alumnado o al alumno o alumna para quienes se considere que su avance se puede ver beneficiado de este modo.

3. En esta etapa se prestará una atención especial a la adquisición y el desarrollo de las competencias establecidas en el Perfil de salida del alumnado al término de la enseñanza básica y se fomentará la correcta expresión oral y escrita y el uso de las matemáticas. A fin de promover el hábito de la lectura, se dedicará un tiempo a la misma en la práctica docente de todas las materias.

4. Para fomentar la integración de las competencias trabajadas, se dedicará un tiempo del horario lectivo a la realización de proyectos significativos y relevantes y a la resolución colaborativa de problemas, reforzando la autoestima, la autonomía, la reflexión y la responsabilidad.

5. Sin perjuicio de su tratamiento específico, la comprensión lectora, la expresión oral y escrita, la comunicación audiovisual, la competencia digital, el emprendimiento social y empresarial, el fomento del espíritu crítico y científico, la educación emocional y en valores, la igualdad de género y la creatividad se trabajarán en todas las materias. En todo caso, se fomentarán de manera transversal la educación para la salud, incluida la afectivo-sexual, la formación estética, la educación para la sostenibilidad y el consumo responsable, el respeto mutuo y la cooperación entre iguales.

6. Las lenguas oficiales se utilizarán solo como apoyo en el proceso de aprendizaje de las lenguas extranjeras. En dicho proceso se priorizarán la comprensión, la expresión y la interacción oral.

7. Las administraciones educativas establecerán las condiciones que permitan que, en los primeros cursos de la etapa, los profesores con la debida cualificación impartan más de una materia al mismo grupo de alumnos y alumnas.

8. Corresponde a las administraciones educativas promover las medidas necesarias para que la tutoría personal del alumnado y la orientación educativa, psicopedagógica y profesional, constituyan un elemento fundamental en la ordenación de esta etapa.

9. De igual modo, corresponde a las administraciones educativas regular soluciones específicas para la atención de aquellos alumnos y alumnas que manifiesten dificultades especiales de aprendizaje o de integración en la actividad ordinaria de los centros, de los alumnos y alumnas de alta capacidad intelectual y de los alumnos y alumnas con discapacidad.

6.2. Orientaciones específicas Educación Secundaria y Bachillerato

De acuerdo con el Real Decreto y los principios psicopedagógicos que se desprenden de la LOMLOE (enfoque claramente competencial y globalizado que prepare a los alumnos para los desafíos del siglo XXI) el eje del currículo de Educación Física lo constituyen las competencias específicas relacionadas con adoptar un estilo de vida saludable y activo a la vez que desarrollar de forma autónoma las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas encaminadas a unas ejecuciones eficientes sin olvidarnos de los diferentes recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento así como la realización de diferentes prácticas en el medio natural y urbano. De esta manera, trabajaremos dichas competencias en los distintos ámbitos y contextos.

El objetivo de la materia de Educación Física se orienta tanto a la eficacia y eficiencia motriz como a favorecer un uso equilibrado del cuerpo y el movimiento en tanto ejes fundamentales del cuerpo humano. La construcción de vínculos personales y sociales basados en el respeto y la igualdad de derechos de todas las personas es otro aspecto básico en nuestras clases. De esta manera, la materia contribuye al desarrollo de las competencias recogidas en el Perfil de salida del alumnado al término de la enseñanza básica,

Las competencias específicas de Educación Física en la Educación Secundaria Obligatoria suponen una progresión con respecto a las adquiridas en la Educación Primaria, de las que habrá que partir en esta nueva etapa, para evolucionar desde un acompañamiento guiado a uno progresivamente autónomo. Esta progresión supone, además, una mayor diversidad y complejidad de las prácticas deportivas.

Para cada competencia específica se formulan criterios de evaluación que establecen el nivel de desempeño esperado en su adquisición. Dichos criterios tienen un claro enfoque competencial y atienden tanto a los procesos como a los productos, lo que reclama el uso de herramientas e instrumentos de evaluación variados y con capacidad diagnóstica y de mejora. Se espera que el alumnado sea capaz de activar los saberes básicos en situaciones comunicativas reales propias de los diferentes ámbitos. De ahí la importancia de vertebrar la programación de aula en torno a un conjunto de situaciones de aprendizaje contextualizadas, significativas y relevantes, atendiendo a su gradación y complementariedad, para que al término de cada curso se hayan trabajado de manera proporcionada todos los saberes básicos incluido s en el currículo.

Estos saberes básicos se organizan en seis grandes bloques. El primero (A), «Vida activa y saludable», se corresponde de manera directa con los tres tipos de salud existentes, la física, la social y la mental. El segundo bloque (B), «Organización y gestión de la actividad física», integra los saberes implicados en la práctica física y motriz a la vez que la higiene vinculada a dichas prácticas. También incluimos la prevención de lesiones y los protocolos ante accidentes deportivos. El tercer bloque (C), «Resolución de problemas en situaciones motrices», recoge los saberes y experiencias asociados a la toma de decisiones en las actividades físicas, trabajo de las capacidades condicionales y perceptivo-motrices así como una actitud crítica ante los elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad y la movilidad. El cuarto bloque (D), «Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices», propone el uso adecuado de la gestión emocional y las habilidades

sociales fomentando el respeto a las reglas y el rechazo de conductas contrarias a la convivencia. El quinto bloque (E), «Manifestaciones de la cultura motriz», vinculados a las prácticas de actividades rítmico-musicales, elementos comunicativos de la corporalidad así como la influencia del deporte en la cultura actual. Por último, el F, «Interacción eficiente y sostenible con el entorno» muestra las relaciones con el uso correcto de los desplazamientos activos en EF, el riesgo en determinadas prácticas físico-deportivas así como el cuidado del entorno natural y urbano.

El trabajo interdisciplinar es imprescindible para que el alumnado alcance los elementos específicos de cada disciplina. Por ello, todas las materias deben contribuir al desarrollo integral del alumnado y sus diferentes procesos de enseñanza y aprendizaje.

6.3. Principios y estrategias concretas en el aula de Educación Física

Se recogen a continuación los principios psicopedagógicos que guiarán las decisiones metodológicas en las diferentes programaciones de aula.

BÚSQUEDA DE LA SIGNIFICATIVIDAD

- El estudiante asocia la información nueva con la que ya posee, reajustando y reconstruyendo ambas informaciones en dicho proceso
- Las estructura de los conocimientos previos condiciona los nuevos conocimientos y experiencias.
- Ocurre cuando el estudiante conecta un concepto nuevo con uno previo ya existente

FUNCIONALIDAD DE LOS APRENDIZAJES

- Se entiende por aprendizaje funcional el que se realiza cuando el alumno es capaz de utilizar los aprendido para resolver una situación o un problema en la vida real.
- La posibilidad de utilizarlo se tiene que ir haciendo extensivo a nuevas situaciones

APRENDIZAJES GLOBALIZADOS

- Se logra estableciendo conexiones entre diferentes áreas o materias para que los alumnos tracen puentes que consiguen que los aprendizajes se afiancen y se vuelvan significativos

APRENDIZAJE COOPERATIVO

- Se parte de la organización en pequeos grupos donde los alumnos trabajan conjuntamente de forma coordinada
- El aprendizaje se convierte así además en una experiencia social

APRENDIZAJE POR DESCUBRIMIENTO

- El alumno se convierte en sujeto activo del aprendizaje
- Descubre conceptos y sus relaciones y los reordena para adaptarlos a su esquema cognitivo

INTRODUCCIÓN DE LA GAMIFICACIÓN Y EL COMPONENTE LÚDICO

- Utilización de técnicas y dináicas propias del juego y del ocio en actividades no recreativas con el fin de potenciar la motivación, así como de reforzar la condcuta para solucionar problemas, mejorar la productividad, obtener un objetivo y activar el aprendizaje.
- Facilita el aprnedizaje significativo
- Genera aprendices autónomos

INTELIGENCIAS MÚLTIPLES EN EL DISEÑO DE ACTIVIDADES

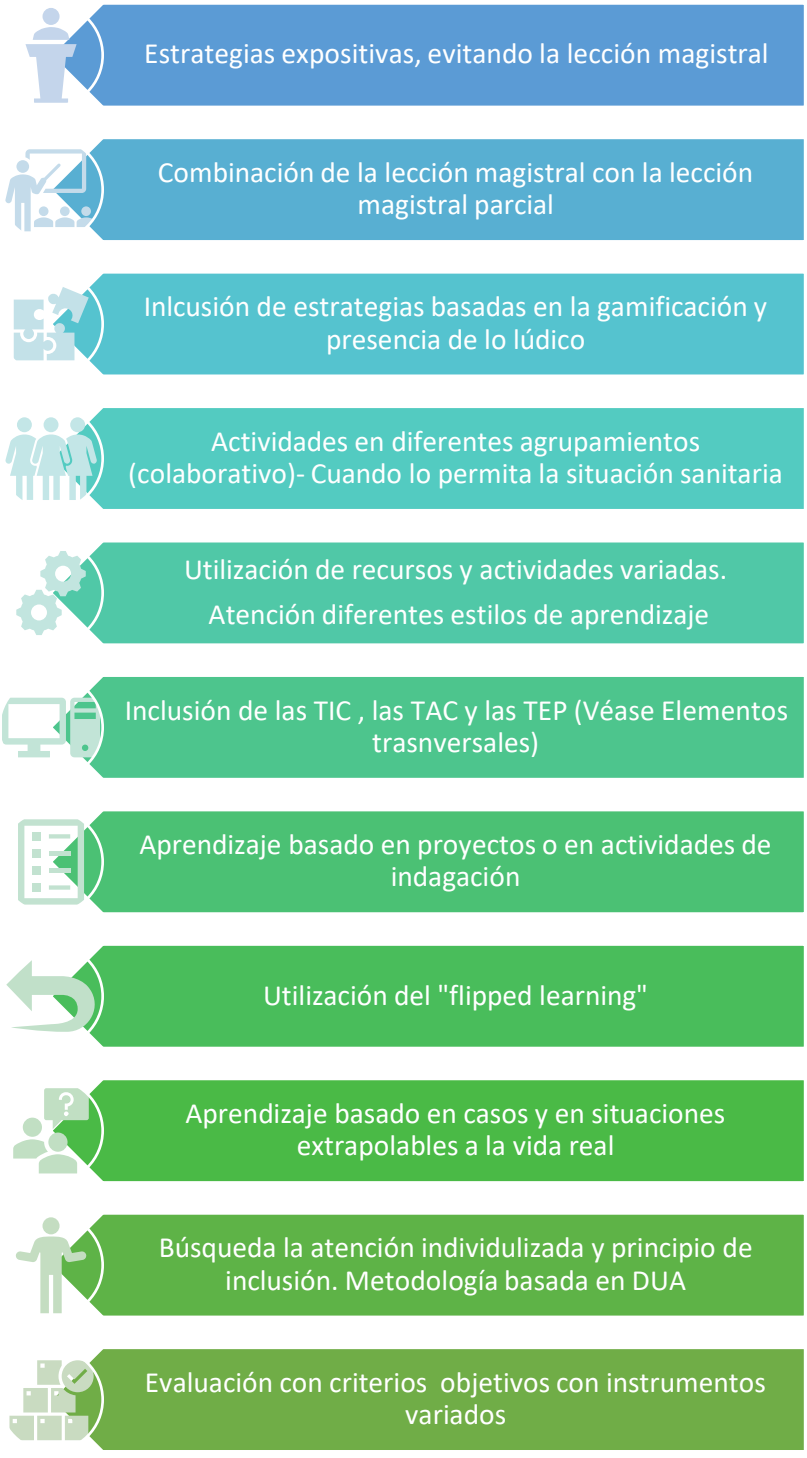
- Modelo que plantea la inteligencia como una red de conjuntos autónomos relativamente interrelacionados
- Se relaciona estrechamente con el desarrollo de las competencias clave.

❖ UTILIZACION DE ESTRATEGIAS DERIVADAS DE LAS METODOLOGIAS ACTIVAS

- Se trata de incluir en el aula metodologías activas que convierten al estudiante protagonista de su propio aprendizaje.
- Clase invertida, aprendizaje basado en casos, aprendizaje basado en emociones, aprendizaje servicio.

- INCLUSION DE METODOLOGÍA DUA
- DISEÑO DE SITUACIONES DE APRENDIZAJE

Las principales estrategias que se emplearán por lo tanto en el aula son las que siguen:



6.4. Situaciones de aprendizaje

Se definen las situaciones de aprendizaje como "situaciones y actividades que implican el despliegue por parte del alumnado de actuaciones asociadas a competencias clave y competencias específicas, y que contribuyen a la adquisición y el desarrollo de las mismas".

6.4.1. Situaciones de aprendizaje en 1º ESO

SITUACIÓN	UD	Competencia específica					Saberes relacionados	ODS
		1	2	3	4	5		
Correr no es de cobardes	1	x					A. Salud física. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales.	3,4
Descubriendo el softball	10		x	x			C. Situaciones motrices de interacción con un móvil. Capacidades perceptivo-motrices.	4
Proyecto escuela saludable	1-8 10	x	x	x	x	x	A. Salud física, social y mental B. Higiene como elemento en la práctica de actividad físico-deportiva. D. Habilidades sociales E. Igualdad de género en el deporte. F. Desplazamientos activos	3,4,5
Me oriento	9	x				x	F. Nuevos espacios y prácticas deportivas Cuidado del entorno próximo	13,15
Cross solidario	1	x	x	x		x	A. Salud física. Adecuación del volumen y la intensidad. B. Prevención de accidentes en las prácticas motrices. D. Respeto a las reglas F. Nuevos espacios en las prácticas físicas.	3,4,
Súper-ritmo	4				x		E. Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. Usos comunicativos de la corporalidad.	

6.4.2. Situaciones de aprendizaje en 2º ESO

SITUACIÓN	UD	Competencia específica					Saberes relacionados	ODS
		1	2	3	4	5		
Correr no es de	1	x					A. Salud física. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a	3,4

cobardes							las características personales.	
Descubriendo el pickleball	6		x	x			C. Situaciones motrices de interacción con un móvil. Capacidades perceptivo-motrices.	4
Proyecto escuela saludable	1-6-7-10	x	x	x	x	x	A. Salud física, social y mental B. Higiene como elemento en la práctica de actividad físico-deportiva. D. Habilidades sociales E. Igualdad de género en el deporte. F. Desplazamientos activos	3,4,5
Me oriento	9	x				x	F. Nuevos espacios y prácticas deportivas Cuidado del entorno próximo	13,15
Cross solidario	1	x	x	x		x	A. Salud física. Adecuación del volumen y la intensidad. B. Prevención de accidentes en las prácticas motrices. D. Respeto a las reglas F. Nuevos espacios en las prácticas físicas.	3,4,
Súper-ritmo	5				x		E. Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. Usos comunicativos de la corporalidad.	

6.4.3. Situaciones de aprendizaje en 3º ESO

SITUACION	UD	Competencia específica					Saberes relacionados	ODS
		1	2	3	4	5		
Somos solidarios	1	x	x	x		x	A. Salud física. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales.	3
El mundo y sus juegos	4-5-9	x	x	x	x		B. Preparación de la práctica motriz. Elección de la práctica física. C. Capacidades condicionales. Propuestas lúdicas como recurso didáctico.	3,4
Jorge Maqueda	2		x	x			B. Planificación y autorregulación de proyectos motores. C. Capacidades perceptivo-motrices e contexto de práctica.	3,4
Geo… que?	7	x				x	F. Nuevos espacios y prácticas deportivas. Iniciación de actividades físico-deportivas de bajo impacto para disfrutar del entorno natural. Medidas de seguridad en distintos entornos.	13,15

Ante todo, seguridad	3	x					B. Actuaciones ante accidentes en la práctica de actividades físicas. Conducta PAS. Protocolo 112. Soporte vital básico SVB. Normas RICE.	3
El ritmo de la vida	4				x		E. Usos comunicativos de la corporalidad. Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.	3,4

6.4.4. Situaciones de aprendizaje en 4º ESO

SITUACIÓN	UD	Competencia específica					Saberes relacionados	ODS
		1	2	3	4	5		
Correr no es de cobardes	1	X					A. Salud física. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales.	3,4
Descubriendo el pickleball	4		x	x			C. Situaciones motrices de interacción con un móvil. Capacidades perceptivo-motrices.	4
Proyecto escuela saludable	1-2-4-8-10	X	x	x	x	x	A. Salud física, social y mental B. Higiene como elemento en la práctica de actividad físico-deportiva. D. Habilidades sociales E. Igualdad de género en el deporte. F. Desplazamientos activos	3,4,5
Me oriento	7	X				x	F. Nuevos espacios y prácticas deportivas Cuidado del entorno próximo	13,15
Cross solidario	1	x	x	x		x	A. Salud física. Adecuación del volumen y la intensidad. B. Prevención de accidentes en las prácticas motrices. D. Respeto a las reglas F. Nuevos espacios en las prácticas físicas.	3,4,
Súper-ritmo	5				x		E. Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. Usos comunicativos de la corporalidad.	

6.4.5. Situaciones de aprendizaje en 1º Bachillerato

SITUACIÓN	UD	Competencia específica					Saberes relacionados	ODS
		1	2	3	4	5		
¿Cuánto comes, cuánto gastas?	1-2	x					A. Salud física: Dietas equilibradas según las características físicas y personales.	2
Cuestión de altura	3-5		x	x			C. Toma de decisiones y plan deportivo. Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes.	3,4
Raqueteando	7-11		x	x			C. Capacidades perceptivo-motrices en la práctica deportiva. Creatividad motriz	3,4
Corremos todos	1-2-4	x	x	x		x	A. Salud física. Salud social. B. Prevención de accidentes en las prácticas deportivas. F. Fomento de la movilidad activa, segura y saludable. C. Puesta en marcha de un evento deportivo solidario.	3,5
Don Quijote de la Mancha	8				x		E. Juegos y deportes tradicionales y culturales. F. Utilización del entorno urbano para la práctica de actividad físico-deportiva	3,4, 11
Recreos saludables	4	x	x	x		x	F. Desempeño de roles en el deporte (arbitraje). D. Rechazo conductas contrarias a la convivencia deportiva.	4,5

6.5. Materiales y recursos

Es necesario tener muy claro cuáles son los recursos de los que disponemos puesto que de ellos dependerán las actividades y la metodología que se llevará a cabo, así como el tratamiento de los saberes básicos, la consecución de los objetivos y el asociado desarrollo de las competencias clave.

Se considera un material necesario, la documentación fotocopiada. Esta será:

- Apuntes de desarrollo o de ampliación de los contenidos vistos en clase.

- Actividades de desarrollo y consolidación o de refuerzo y ampliación.

Por último, la imperiosa necesidad de incluir las TIC y las NNTT nos hace señalar aquí la utilización del aula althia, la plataforma Educamos CLM, la plataforma TEAMS, así como determinadas webs que sirve para buscar material o para la realización de actividades interactivas. Destacando por encima del resto las Aulas Virtuales generadas en EducamosCLM para cada curso, en las cuales se subirán los diferentes apuntes de la materia, videos explicativos, foros de discusión, cuestionarios etc

PERSONALES.

El centro cuenta con dos profesores de Educación Física.

MATERIALES.

<table>
<tr><td>Recursos espacial</td><td colspan="4">❖ Dos Pistas polideportiva 44X22m
❖ Patio de recreo susceptible de ser utilizado en las clases de EF.
❖ Pabellón cubierto de 600 m^2</td></tr>
<tr><td rowspan="7">Recursos materiales</td><td rowspan="5">Convencional</td><td colspan="2">PEQUEÑO MATERIAL</td><td>Aros, balones, pelotas, cuerdas, picas…</td></tr>
<tr><td colspan="2">MATERIAL MÓVIL</td><td>Colchonetas, bancos, espalderas…</td></tr>
<tr><td colspan="2">MATERIAL FIJO</td><td>Canastas, porterías, postes, redes…</td></tr>
<tr><td rowspan="2">OTROS</td><td>IMPRESO</td><td>Revistas, libros de AF…</td></tr>
<tr><td>AUDIOVISUAL</td><td>Aparato de música, DVD, Ordenadores, altavoz portatil…</td></tr>
<tr><td rowspan="2">No Convec.</td><td colspan="2">DE FABRICACIÓN PROPIA</td><td>Pelotas, bolos, botellas lastradas, stick…</td></tr>
<tr><td colspan="2">MATERIAL DE DESECHO</td><td>Cajas cartón, envases, sacos…</td></tr>
</table>

De acuerdo a la circular de la Dirección General de centros Educativos y formación relativa a la seguridad de las instalaciones y equipamientos deportivos de los centros públicos de 10 de septiembre de 2002, los contenidos curriculares y su temporalización en muchas ocasiones podrán quedar tanto secuencial como temporalmente influenciados por las condiciones de seguridad y salubridad de las instalaciones y materiales deportivos. Como es

lógico, también pueden quedar condicionados por el uso compaginado de las instalaciones por los diferentes profesores de la materia, así como por las condiciones meteorológicas.

DEL ENTORNO.

Para el desarrollo de los contenidos y unidades didácticas de Educación Física es necesario realizar salidas al espacio circundante, alrededor del centro (caminos, pistas exteriores, etc..), así como salidas al polideportivo municipal durante todo el curso.

6.6. Agrupamientos

✓ GRUPO CLASE
1. Explicación teórica
2. Detección de conocimientos previos/motivación/gamificación

✓ PEQUEÑO GRUPO
1. Trabajos, actividades de indagación, dramatización

✓ PAREJAS
1. Coevaluación
2. Actividades de refuerzo y ampliación

✓ INDIVIDUAL
1. Actividades de refuerzo y consolidación/ refuerzo y ampliación
2. Actividades de evaluación / metacognición.

6.7. Actividades

Se presenta a continuación una tipología de las diferentes actividades que se realizarán durante el curso en función de la destreza que trabajan, el objetivo que persiguen y el momento de la unidad en el que se producen:

MOMENTO DE LA UNIDAD O DE LA SESIÓN	
	• *Apertura o inicio: comienzan bloque o sesión, de forma general son distendidas, grupales y dinámicas. Pensadas para motivar, presentar contenidos o detectar conocimientos previos.* • *Desarrollo: ocupan la mayor parte de la sesión y la unidad. Presentan el grueso de las actividades y las explicaciones* • *Cierre: sirven para cerrar el bloque, la sesión o la unidad. Muchas*

veces enfocadas en repasar o recapitular aspectos fundamentales

OBJETIVO	• Detección de conocimientos previos • Presentación contenidos que se van a trabajar • Desarrollo de aspectos Clave de la unidad • Evaluación (tanto formativa como sumativa) • Ampliación o refuerzo en funciones de las necesidades del alumnado
DESTREZA QUE SE TRABAJA	VIDA ACTIVA Y SALUDABLE
	ORGANIZACIÓN Y GESTIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA
	RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS EN SITUACIONES MOTRICES
	AUTOREGULACIÓN EMOCIONAL E INTERACCIÓN SOCIAL EN SITUACIONES MOTRICES
	MANIFESTACIONES DE LA CULTURA MOTRIZ
	INTERACCIÓN EFICIENTE Y SOSTENIBLE CON EL ENTORNO

6.8. Actividades complementarias y extracurriculares

El departamento intentará realizar las siguientes actividades, pero todo dependerá de lo que nos oferten los distintos organismos administrativos y de la respuesta del alumnado y tutores de estos ante la situación de crisis que sufrimos actualmente, agravada por la situación sanitaria que estamos viviendo, por lo que se podrán ir adaptando a lo largo del curso.

Éstas tendrán la función de responder a los objetivos y saberes básicos del currículo. Para la realización de cualquiera de estas se entregará al Jefe de Actividades Extraescolares su

programación, con sus actividades, objetivos, temporalización, recursos así como la relación con los saberes básicos.

Se podrán plantear determinadas actividades complementarias en horario lectivo consistentes en salidas fuera del recinto escolar para realizar determinados contenidos y conseguir mejor los objetivos.

Actividad	Curso	Trimestre	Objetivos	Relac.con Saberes Básicos	Recursos /Espacio
1. Viaje a la nieve. Realización de un curso de esquí/snow com-plementado con otras actividades deportivas y culturales.	2º,3º, 4º ESO y 1º Bach	2º	Practicar deportes poco conocidos y que son específicos de la temporada de invierno	Actividades físico-deportivas en el entorno natural, así como medidas de seguridad en dichas prácticas.	Andorra
2. Visitas a eventos deportivos (masters series de tenis de Madrid).	2º-3º ESO	3º	Ver en directo y a poco distancia a profesionales de este deporte individual de raqueta.	Influencia del deporte en la cultura actual: el deporte como fenómeno de masas.	Madrid
3 Actividades náuticas. Relacionado con la adquisición de habilidades y destrezas en el	Todos	3º	Conocer y practicar una amplia gama de deportes relacionados con el agua.	Prácticas de actividades físico-deportivas en el medio natural. Conservación de dicho entorno natural.	Seguramente La Manga del Mar Menor

medio acuático.					
4 Actividades en la naturaleza de orientación, senderismo, mountain-bike, etc.	Todos	2º ó 3º	Trabajar actividades relacionadas con el medio natural en espacios abiertos conocidos y desconocidos.	Inclusión de actividades de bajo impacto: senderismo, bicicleta (como medio de transporte habitual).	Pendiente de confirmar
5. Yincana deportiva en la localidad. Plan de lectura	1º de Bach.	3º	Trabajar la condición física del alumnado en situaciones competitivas por equipos a la par de conocer aspectos literarios relacionados con la figura de Cervantes en Corral de Almaguer.	Prácticas de actividades físicas en el entorno urbano. La salud física y el desarrollo de la condición física del alumno.	Corral de Almaguer
6. Patinaje sobre hielo.	Secundaria	2º	Conocer y practicar este deporte tan poco conocido en una pista cubierta de hielo.	La coordinación y el equilibrio en deportes individuales.	Leganés
7. Actividades		Todos los	Fomentar la participación del alumnado en los	Habilidades sociales dentro del	

deportivas en los recreos.	Todos	trimestres.	recreos como forma de ocupar activamente el ocio y el tiempo libre.	deporte. Rechazo de conductas antideportivas y violentas en dichas prácticas.	Corral de Almaguer (espacios deportivos del instituto).
8. Escalada rocódromo Toledo	Secundaria	3º,4º ESO y Bach	Conocer y practicar deportes y actividades muy específicas relacionadas con la aventura.	Práctica de actividades físico-deportivas en entornos desconocidos naturales.	Rocódromo de Toledo
9. Carrera solidaria La Besana	Todos	3º	Practicar una jornada de condición física relacionada con la resistencia a la vez que recaudar una cantidad de dinero para una ONG por determinar	La salud física y el desarrollo de las diferentes cualidades físicas básicas, con especial incidencia en la resistencia.	Corral de Almaguer (alrededores del instituto).
10. Visita al museo del estadio del Atlético de Madrid.	Secundaria	3º	Ver el estadio del Atlético de Madrid, visitar su museo y vistas interiores del estadio.	Influencia del deporte en la cultura actual: el deporte como fenómeno de masas.	Madrid
11. Masterclass crossfit 99-box	Secundaria y Bach.	2º	Practicar deportes menos conocidos por el alumnado.	Igualdad de oportunidades en el deporte. Habilidades sociales en las	Corral de Almaguer (espacios deportivos del instituto).

				prácticas físico-deportivas.	
12. Esquí en Xanadú.	2º,4º ESO Y Bach.	2º	Practicar deportes poco conocidos y que son específicos de la temporada de invierno	Practica de deportes de invierno para preparar a los alumnos para el viaje a Andorra en años posteriores	Centro comercial Xanadú
13. Actividades de deportes de invierno con componente lúdicos.	Secundaria y Bach.	2º	Práctica de diferentes actividades lúdicas en la nieve (trineos, donuts, raquetas, etc.).	Capacidades perceptivo-motrices en entornos menos habituales. Recursos naturales en la práctica de actividad físico-deportiva.	Sierra Nevada (Granada).
14. Actividades multiaventura. Ecoescuela	ESO	3º	Practica de actividades en la naturaleza	Actividades físico-deportivas en el entorno natural, así como medidas de seguridad en dichas prácticas.	A determinar
15. Masterclass defensa personal	Secundaria y bach	2º	Practicar deportes menos conocidos por el alumnado.	Igualdad de oportunidades en el deporte. Habilidades sociales en las prácticas físico-deportivas.	Corral de Almaguer (espacios deportivos del instituto).

6.9. Relaciones

La relación entre todos los integrantes del proceso educativo es fundamental para tener garantía de éxito. Así se prevén:

- Relaciones intradepartamentales: a través de la reunión del departamento fijada en el horario los miércoles a séptima hora y gracias a la buena y fluida relación que existe entre todos los dos miembros del departamento. Permite el intercambio de ideas, el análisis metodológico y la coordinación para realizar actividades en diferentes cursos y en diferentes niveles.

- Relaciones interdepartamentales. Son fundamentales para buscar el enfoque globalizado y para lograr la interdisciplinariedad en los contenidos y las propuestas académicas. Se realizará a través de las actividades complementarias, las actividades extracurriculares, los diferentes proyectos; así como en las sesiones de evaluación en las que se realice el análisis conjunto sobre los resultados del grupo y del alumno.

- Relación con miembros de la comunidad no educativa. Será muy interesante contar con las colaboraciones de otras entidades para realizar determinadas actividades que mejores y enriquezcan la práctica educativa. Así, será habitual la relación con el Ayuntamiento para encauzar el proyecto Erasmus que hemos empezado a llevar a cabo este curso académico.

- Relación con los padres. Véase “comunicaciones”.

6.10. Comunicación

La comunicación es un elemento fundamental en la práctica docente, de aquí que se utilizarán diferentes medios para tratar de que sea lo más fluida y dinámica posible.

- Dentro del Departamento: se utilizará la plataforma TEAMS como medios de comunicación, así como la comunicación telefónica. Se busca que en todo momento haya coordinación entre todos los miembros del departamento a la hora de llevar a cabo la propuesta docente. Seré este documento el referente en todo momento. Especialmente será importante la coordinación de profesorado que impartan clase en el mismo nivel.
- Comunicación con otros profesores: se utilizará como vía principal EducamosCLM además de las conversaciones informales en la sala de profesores u otras posibles vías como el correo electrónico o el teléfono. Es importante llevar a cabo esta coordinación para dar una respuesta ajustada a las necesidades de los alumnos, para realizar propuestas

interdisciplinares y enfoques globalizados y para realizar actividades complementarias.

- Con los padres: la vía más habitual será EducamosCLM, se utilizará también la comunicación telefónica así como la asistencia de los padres al centro para tener encuentro con los profesores y con los tutores. Los profesores que sean tutores durante el curso tendrán la reunión con los padres al principio de curso y se irán reuniendo o llamando a los padres a lo largo de todo el curso en función de las necesidades del grupo.
- Con el alumnado: se utilizará EducamosCLM y el entorno virtual de aprendizaje. No se descarta la utilización de otros medios para asegurar el contacto con el alumnado como Google Classroom o Edvoice si fallasen las opciones anteriores.

7 ELEMENTOS TRANSVERSALES

El currículo desarrollado contempla aspectos como la comprensión lectora, la expresión oral y escrita, la comunicación audiovisual, la competencia digital, el emprendimiento, el fomento del espíritu crítico y científico, la educación emocional y en valores, la educación para la paz y no violencia y la creatividad que deben trabajarse desde todas las materias. Asimismo, prevé que la educación para la salud, incluida la afectivo-sexual, la igualdad entre hombres y mujeres, la formación estética y el respeto mutuo y la cooperación entre iguales, sean objeto de un tratamiento transversal.

Elementos transversales	**Concreción**
Fomento de la lectura	Además del contenido propiamente curricular en el que la lectura es una herramienta fundamental, se prevé: • Yincana Deportivo-Literaria en colaboración con el departamento de Lengua que trabaja aspectos relacionados con la lectura de *Don Quijote* y aspectos culturales de la población. • Búsqueda de nuevas informaciones a modo de investigación relacionadas con los saberes básicos específicos de EF. *Se completa el fomento de la lectura a través de las actividades contempladas a través del Plan de Lectura del Centro (PLC)*
Educación Cívico –	• Prevención del lenguaje sexista, agresivo, violento… además de la promoción del cuidado del lenguaje. • Práctica el diálogo en el aula como forma de comunicación deportiva.

	• Normas de clase para trabajar la convivencia. • Utilización del aprendizaje cooperativo y el aprendizaje basado en proyectos para fomentar la competencia social y cívica.
Inclusión de las TIC [1]	• Actividades digitales en el aula Althia. • Utilización de herramientas digitales para el refuerzo. • Utilización de herramientas digitales para la realización de actividades de consolidación y profundización • Utilización de contenidos multimedia para apoyar las explicaciones teóricas. • Utilización del cuaderno digital para el seguimiento del alumno. • Utilización de Educamos como vía de comunicación. • RECURSOS – WEB / aplicaciones. *Véase tabla inferior.*
Trabajo de la comprensión y expresión oral	• Actividades en el aula que promueven el trabajo de la expresión oral como forma de comunicación deportiva y la escucha activa por parte de los alumnos. • Trabajo de estos aspectos desde el currículo. • Utilización de recursos procedentes de los medios de comunicación relacionados con la actividad física para analizar las formas de comunicar y para mejorar la comprensión oral. • Trabajo de ampliación de vocabulario de conceptos deportivos para la mejora de la expresión oral. • Actividades de dramatización (vinculadas a ritmo y expresión).
Emprendimiento	• Organización de calentamientos • Organización de eventos deportivos (liga de recreos, carrera solidaria, etc.). • Colaboración y arbitraje en las ligas deportivas de los recreos.

[1] Ampliación de la inclusión a TIC a inclusión de:
TAC: Tecnologías del aprendizaje y el conocimiento
TRIC: Tecnologías de relación, información y comunicación
TEP: Tecnologías del empoderamiento y la participación

PLC	• Lecturas de textos durante la gymkhana deportivo-literaria. • Lecturas de textos sobre deportistas relacionados con la UD trabajada en ese momento. • Búsqueda de información y lectura de textos vinculados según UD. • Lecturas y comprensión de textos e iconos durante las actividades de orientación. • Lecturas y visionados de composiciones coreográficas grupales para las actividades de ritmo y expresión.

- **Recursos digitales**

	Kahoot: para realizar cuestionarios online
	Quizziz – Para realizar cuestionarios online
	Brainscape: fichas para los alumnos
	Quizlet: Similar a "Brainscape"
	Genialy: Para elaborar presentaciones, infografías

	CANVA: elaboración de presentaciones, infografías…
	PREZI: elaboración de presentaciones dinámicas (similar a Power point o Key note pero más dinámico)
	Pear Deck: gestión de vídeos en el aula. Permite introducir preguntas en los vídeos para que los alumnos puedan participar mientras se ve el vídeo
	Eddpuzzle: Gestión de vídeos en el aula Permite introducir preguntas en los vídeos para que los alumnos puedan participar mientras se ve el vídeo
	Cerebriti: para elaborar juegos
	Socrative Similar al juego del Kahoot pero en ver de responder con colores responden con tarjetas que tienen códigos
	WIX Elaboración de páginas webs

• **OTRAS**	**Classroom Screen**: permite la proyección de la pantalla a modo de escritorio para trabajar por tiempos… **ClassCraft**: similar al *Classdojo* pero basado en juegos de rol, mucho más complicado **Jeopardy.rocks**: juego para hacer preguntas, similar al trivial **Pixton**: para crear cómics digitales **Paper.li**: para crear un periódico digital **Popplet**: permite crear mapas mentales interactivos y personales digitalizados **Kubbu**: Para crear actividades digitales **Quizzlet** **Wordwall** **Liveworrksheets**
• **Aplicaciones**	**Classdojo:** para la gestión de la convivencia y el comportamiento, además de la comunicación con los padres **DRAE** **Ortografía** (Ortografía de la Vecina Rubia) **ReadIt** (Chat stories) **Madrid Zombie (**ficción interactiva) **TooNoisy** (controla el ruido de la Clase) **Mentimeter (**para hacer nubes de palabras) **EdVoice** (comunicación a través del cuaderno digital additio) Aplicación desde additio para la elaboración de cuestionarios digitales

8. MEDIDAS DE INCLUSIÓN

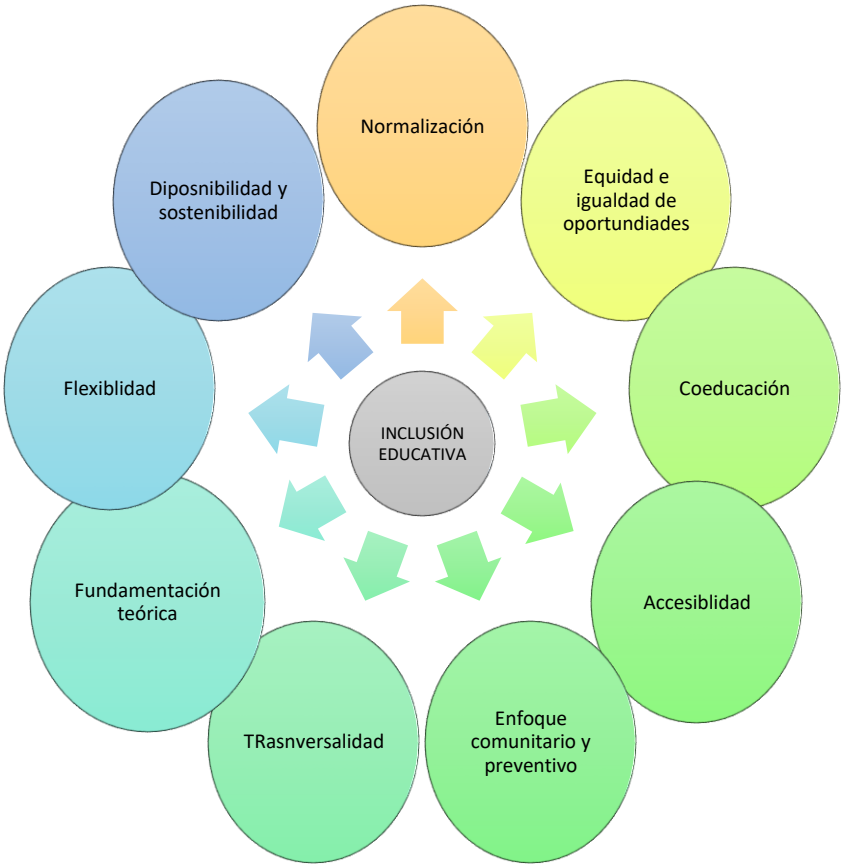
8.1. Medidas generales

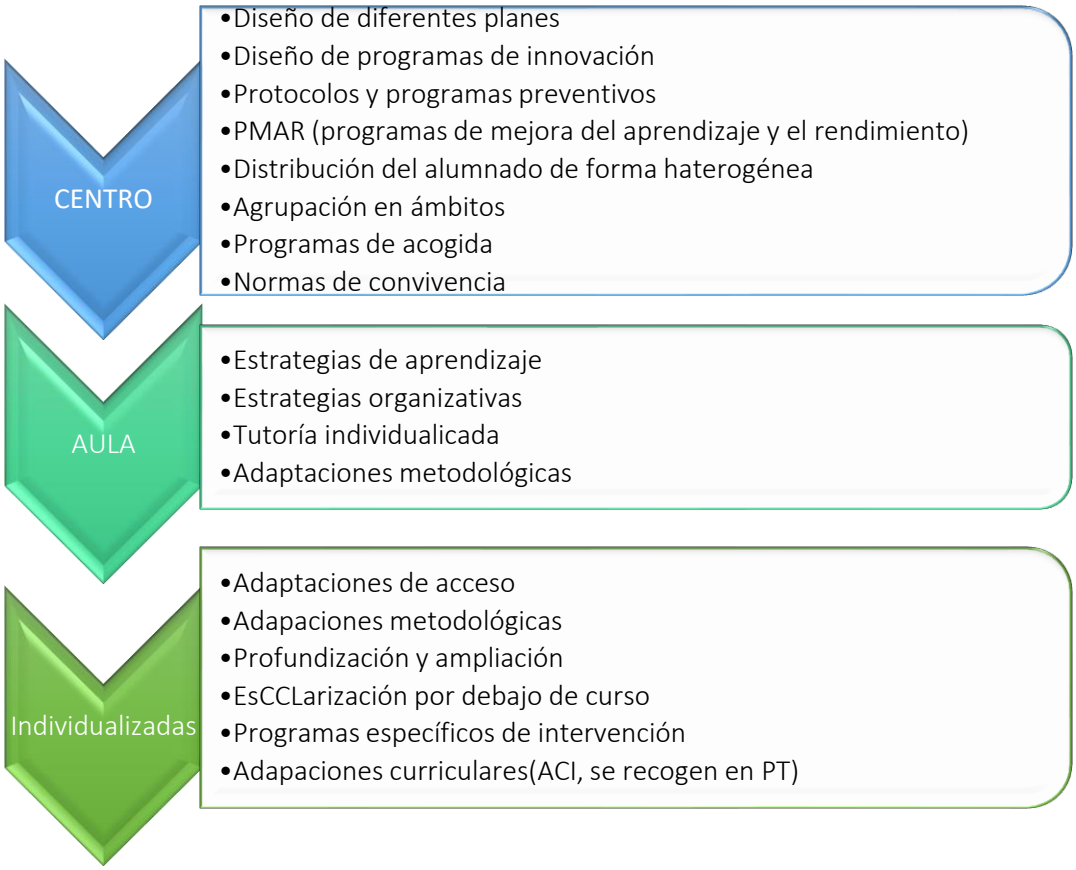
En la actualidad, como docentes, nos enfrentamos al desafío de atender a un alumnado cada vez más diverso, complejo y plural. Así, son diferentes lo estilos de aprendizaje, los ritmos, las capacidades, los intereses y las motivaciones y a esto se le suman las situaciones personales y familiares. Es por ello, que debe ser un reto dar una respuesta cada vez más adecuada y de mayor calidad.

En este sentido, el Decreto 85/2018 de inclusión educativa defiende esta como *el conjunto de actuaciones y medidas educativas dirigidas a superar e identificar* ***las barreras de aprendizaje y la participación de todo el alumnado*** *y* ***favorecer El Progreso educativo de todos y todas,*** *teniendo en cuentas las diferentes capacidades, ritmos y estilos de aprendizaje, motivaciones e intereses, situaciones personales, sociales, económicas, culturales y lingüísticas; sin equiparar diferencia con inferioridad* de manera que todo el alumnado pueda alcanzar al máximo desarrollo posible sus potencialidades y sus capacidades personales.

Son referente en este sentido los principios de inclusión educativa (art.3. Decreto 85/2018)- destinadas a superar las barreras de aprendizaje y trabajar las potencialidades.

Son medidas de inclusión educativa, los planos, programas, actuaciones, estrategias, procedimientos y recursos dirigidos a favorecer el aprendizaje, el desarrollo, la participación y la valoración de todo el alumnado en el contexto del centro, del aula y de la comunidad educativa.





Resumen de medidas generales (cuadro de arriba)

8.2. Tratamiento específico de la inclusión en la materia

Desde el **Departamento de Educación Física,** entendemos que, además de estas medidas, contribuyen en nuestra labor para intentar dar una respuesta completa a la diversidad los siguientes aspectos:

- Programación diseñada primando un enfoque competencial que tenga presente la importancia de las competencias clave por encima del trabajo de saberes y aspectos conceptuales.
- Diseño de la distribución de contenidos de los diferentes cursos atendiendo a la progresiva complejidad y a los principios de significatividad y funcionalidad.

1.- Utilización de una metodología que intenta dar un enfoque amplio en las estrategias incluyendo especialmente metodologías activas que permitan a los alumnos responsabilizarse de sus propios aprendizajes.

- El diseño de actividades de motivación que atiendan a la diversidad de intereses y que permitan lograr aprendizajes significativos.

- El diseño de actividades graduadas en dificultad atendiendo a la diversidad de capacidad de aprendizaje.
- El diseño de diferentes tipos de actividad. Estas actividades variarán tanto en el objetivo para el que han sido diseñadas (iniciación, motivación, detección de conocimientos previos, desarrollo, consolidación, evaluación), como en la estrategia o habilidad de aprendizaje que se pone en movimiento (síntesis, investigación, repetición, análisis…); con ello lograremos no sólo atender a la capacidad de cada alumno, sino a sus ritmos, estilos de aprendizaje e intereses y motivaciones.

2.- Inclusión, en la medida de lo posible, de las TIC y las TAC (por un lado, permiten regular los diferentes ritmos de aprendizaje, por otro, resultan motivadoras). En este sentido no podemos obviar que las TIC y las TAC se vuelven un instrumento esencial a la hora de adecuar el trabajo a cada alumno, a sus ritmos y estilos, con un fuerte componente motivador. Se incluyen además las TEP que van a convertir al alumno en elementos difusor de su propio progreso y va a facilitar su empoderamiento.

3.- Utilización de diferentes espacios y diferentes agrupamientos, que nos van a permitir atender a la diversidad de intereses y de motivaciones, y va a permitir que los alumnos, en los diferentes agrupamientos, encuentren cómo pueden trabajar mejor.

4.- Contacto con las familias y la relación con tutores y otros departamentos que nos permiten obtener una visión más completa de cada uno de los alumnos. Además, esto nos permitirá en muchas ocasiones coordinar las acciones y mejorar la respuesta educativa.

- Coordinación con los profesores de pedagogía terapéutica para coordinar las acciones de los alumnos que asisten a su aula
- La evaluación: que atenderá a diferentes procedimientos para poder evaluar teniendo en cuenta las diferentes capacidades, ritmos y estilos de aprendizaje. Aparece además como elemento de referencia la evaluación por indicadores por lo que se ajusta y adapta mejor a cada alumno. Da al sistema objetividad y permite que los alumnos entiendan sus calificaciones. Igualmente se incluyen estrategias de metacognición que ayudarán al alumnado en su proceso de aprendizaje.
- La observación y el seguimiento de cada alumno a través de la recogida de información en las fichas personalizadas.

8.2.1 Medidas específicas en Educación Física

Para poder reflejar en nuestra programación medidas que acerquen la enseñanza a las características de cada alumno debemos definir cuáles son los factores que van a condicionar el aprendizaje. El ritmo de dicho aprendizaje viene marcado por:

a) **Grado de desarrollo motor**. Además del desarrollo intelectual —que afecta al aprendizaje en la mayor parte de las áreas— el grado de maduración motriz de nuestros alumnos a estas edades es un factor de gran importancia.

Este período, caracterizado por el inicio de la adolescencia, está marcado por la aparición de notables diferencias de desarrollo evolutivo entre nuestros alumnos. Si en los años anteriores existía un nivel de desarrollo más o menos homogéneo, es en estas edades cuando empiezan a aparecer diferencias individuales, fruto de la variedad en la rapidez de crecimiento entre unos y otros. En estas edades, las chicas experimentan un mayor desarrollo, especialmente de las capacidades coordinativas, siendo más tardío el de los chicos.

Además de los rasgos propios del sexo, el desarrollo se manifiesta de forma distinta entre nuestros alumnos, dando origen a notables diferencias individuales. Aunque todos los alumnos tengan la misma edad biológica, podemos encontrar casos en los que ya se haya dado el estirón y se produzca un rendimiento motor de gran eficacia, junto a otros en los que apenas se noten diferencias respecto al año anterior, por darse un desarrollo más lento. Es frecuente encontrar dos alumnos con la misma edad y con niveles de desarrollo diferenciados: uno alto, con los rasgos puberales característicos ya definidos (cambio en las proporciones corporales, aumento de estatura, mayor rendimiento en cuanto a capacidades físicas, desarrollo de los rasgos sexuales) y otro en los que todavía no se hayan producido.

No podemos, por tanto, establecer un mismo nivel de exigencia para todos los casos, ya que irá en perjuicio de aquellos alumnos con un nivel de desarrollo más lento.

b) Características individuales. El factor genético no sólo afecta a la velocidad en el desarrollo. Hay alumnos mejor dotados de forma innata para la actividad física que otros. Debemos tener en cuenta que no es culpa del alumno ser «gordo» o «patoso», y no poder llegar a donde otros llegan no por decisión personal, sino por imperativos de su constitución o eficacia motriz innata.

Cada día son más frecuentes los casos de asma y alergias entre nuestros alumnos; esto condiciona su rendimiento —especialmente en cuanto a la eficacia cardiorrespiratoria— por causas ajenas a su voluntad. La adaptación de la tarea a sus posibilidades evita aumentar la sensación de fracaso que el alumno encuentra al estar limitado.

c) Experiencias previas. La eficacia en las tareas puede venir también motivada por el bagaje motriz que cada alumno tenga tras de sí. Algunos alumnos han recibido una Educación Física correctamente adaptada a sus posibilidades evolutivas en etapas anteriores, o vienen practicando

aprendizajes de habilidades específicas —especialmente a través de la práctica deportiva en clubes— mientras que otros están condicionados porque su aprendizaje no ha sido tan notable al no haber realizado actividades aparte de la Educación Física escolar o haber sido ésta limitada o no adecuada a su nivel de desarrollo. Hemos de resaltar en este último caso la incidencia que en nuestros alumnos pueden tener las experiencias negativas anteriores, generando un temor o recelo ante la actividad que puede ser superado con una adecuada orientación de la enseñanza.

d) **El entorno que rodea al alumno/a tanto social como familiar**, también condiciona su disposición y motivación hacia la práctica de actividades físicas.

Los factores indicados determinan las características y posibilidades de cada uno de nuestros alumnos frente al área. Por supuesto, no podemos analizarlos o pretender aislarlos entre sí, ya que suelen darse interrelaciones entre los mismos. Debemos tenerlos en cuenta para evitar un sesgo no determinado por la voluntad del chico, sino por factores que condicionan su actividad. El planteamiento del proceso de enseñanza debe atender a las posibilidades de aprendizaje del alumno. Hemos de destacar que en la atención a la diversidad no debemos centrarnos solamente en aquellos casos que supongan un retraso en el aprendizaje respecto a la media de los alumnos, sino también en todos aquellos que, por sus características genéticas y de desarrollo o por sus experiencias previas, presenten una mayor facilidad para la asimilación y ejecución de tareas.

La tendencia hacia la individualización de la enseñanza debe incidir sobre todos los alumnos, favoreciendo el refuerzo de los aprendizajes en aquellos casos con dificultades y evitando el estancamiento en los alumnos más favorecidos.

8.2.2. Alumnos con discapacidad física transitoria o permanente

Esta es una situación específica de nuestra área. Distinguiremos aquellos alumnos que están limitados para realizar unas determinadas actividades de aquellos que no pueden practicar actividad física. Hemos de recordar que no existen los alumnos exentos totales, ya que la Educación Física es una materia obligatoria, pero sí los exentos de unos determinados contenidos.

Tradicionalmente, los alumnos considerados «exentos» suponen una «carga» para el profesor. Se ha tendido a solucionar el problema «aparcándolos» durante las clases y limitando su aprendizaje a contenidos de carácter teórico. Creemos que con un poco de imaginación podemos integrar en

mayor o menor medida a dichos alumnos dentro de la marcha general del curso, haciéndoles sentirse más útiles y consiguiendo una mayor motivación y nivel de aprendizaje.

Consideramos de gran importancia evitar que estos alumnos se descuelguen de la marcha normal del área, lo que traerá consecuencias negativas para ellos (falta de motivación hacia el área, dificultades para integrarse con sus compañeros o para realizar nuevos aprendizajes) y para el profesor (falta de criterios para determinar la evolución de los alumnos, necesidad de proponer soluciones momentáneas y poco válidas para poder evaluarles).

Debemos considerar estos casos dentro de la programación, estableciendo programas específicos para ellos a través de un desarrollo curricular de posible realización. Cuanto más claramente esté especificado en la programación, menos problemas se nos plantearán a la hora del desarrollo de las sesiones.

8.2.3 Alumnos con discapacidad física grave y permanente

Son aquellos casos en los que existe una patología crónica grave que impide la práctica de cualquier tipo de actividad física. Como ejemplos, podemos tener alumnos con escoliosis de gran curvatura que precisan del uso de un corsé, casos de patologías cardíacas serias o de hipertiroidismo. Éstas son algunas de las posibilidades. Sus afecciones les permiten desarrollar una actividad normal en el resto de las áreas, pero les impiden realizar las actividades específicas de la nuestra.

El establecimiento de los programas específicos para estos alumnos debe centrarse tanto en los contenidos adaptados como en los recursos didácticos que se van a emplear para integrar a los alumnos en la marcha de la clase.

8.2.4 Medidas para suplir la falta de medios

Se entiende la dificultad derivada de la falta de medios por eso desde el principio de curso se ha recogido información de qué medios tiene cada alumno y así poder tener previstas las medidas necesarias en cada momento.

En el caso de que no sea posible la conexión se prepararán materiales impresos que se harán llegar al alumno y se tratará de que haya comunicación telefónica respetando los horarios oficiales

En el caso de que no pudiera realizar las pruebas de forma telemáticamente habría que estudiar puntualmente cada caso.

8.3 Atención individualizada al alumnado con materia pendiente

Se entregará un plan de refuerzo (véase anexo) en el que se indicarán los aspectos clave para recuperar la materia: plan de trabajo, actividades, criterios de evaluación, ponderación y fechas para pautar la recuperación de dichos criterios. Coordinación a través de la plataforma Teams con el alumnado en cuestión.

8.4 Atención individualizada al alumno que no puede asistir a las clases

Siempre que se halle debidamente justificado y que el alumno esté en disposición de seguir las clases, se facilitará la conexión a la clase a través de una sesión virtual (TEMAS) cuyo enlace aparecerá en el calendario del aula virtual de TEAMS

8.5 Atención individualizada al alumnado repetidor

La repetición de curso para el alumnado que no ha alcanzado las competencias clave ya es una medida extraordinaria de inclusión educativa. No obstante, si se observa que esa medida es insuficiente para superar la materia del departamento éste procederá a la elaboración de un plan de trabajo.

9. EVALUACIÓN

9.1. Características, tipos y momentos

Se resumen a continuación los principales tipos de evaluación que deben ser tenidos en cuenta a la hora de diseñar el proceso complejo.

Clasificación de los tipos de evaluación		**Docente**	**Discente**
Agente evaluado	• Autoevaluación • Coevaluación • Heteroevaluación	Análisis de los resultados de forma trimestral Evaluación interna Cuestionario a los alumnos	Ejercicios de autoevaluación (y de metacognición) Corrección entre alumnos Evaluación formativa y sumativa del profesor
Momento	• Inicial • Continua • Final	Plantea objetivos Ajusta la práctica a lo largo del curso Ajusta la práctica para el año próximo	Detecta conocimientos previos Le permite saber cómo evoluciona Califica
Propósito	• Formativa • Sumativa	Para ajustar la práctica	Para aprender y evaluar Para determinar la calificación
Objeto de evaluación	• Conceptos, datos, hechos (saber declarativo) • Procedimientos, habilidades, destrezas, procesos (saber procedimental) • Valores, actitudes (saber ser) • Diagnóstico		Se realizan siempre los tres aspectos con la utilización de diferentes instrumentos

Actividad del evaluado **(Instrumentos)**	• Evaluación escrita (Prueba escrita de pregunta parcial, de pregunta libre, trabajos, cuestionarios interactivos, dictados…) • Evaluación oral (exposición, sondeos orales, entrevistas individualizadas…) • Evaluación de ejecución (dramatización, representación, portfolio, trabajos, elaboración de presentaciones digitales, utilización de medios digitales…)	Se trata de escoger los instrumentos que son más afines a cada uno de los estándares evaluados

Actividad del evaluador **(Procedimientos)**	• Observación y escucha • Registro • Análisis y corrección	Las herramientas que se utilizan para ello: Cuaderno del profesor Escalas de medición Rúbricas Estándares e indicadores de logro

Leyenda de siglas para instrumentos de evaluación	
RA	Registro anecdótico
CD	Cuestionario digital
HJ	Hoja de registro
T	Trabajo / Tarea compleja
Ac	Actividades
C	Cuestionario
P	Participación en clase
TF	Test físicos
EP	Exámenes prácticos
MO	Mapa de orientación
BI	Búsqueda de información
ET	Examen teórico
TP	Trabajo práctico
ETP	Examen teórico-práctico
TI	Trabajo de investigación

9.2. Evaluación del proceso de aprendizaje

Teniendo en cuenta el artículo 9 y del Decreto 8/2022 “la evaluación del alumnado será continua, formativa e integradora” y “tendrá en cuenta su progreso en el conjunto de los procesos de aprendizaje”. La evaluación continua implica un seguimiento permanente por parte de los profesores, con la aplicación de diferentes procedimientos de evaluación en el proceso de aprendizaje.

En el proceso de evaluación continua, cuando el progreso de un alumno o de una alumna no sea el adecuado, se establecerán medidas de refuerzo educativo. Estas medidas se adoptarán en cualquier momento del curso, tan pronto como se detecten las dificultades, con especial seguimiento a la situación del alumnado con necesidades educativas especiales y estarán dirigidas a garantizar la adquisición de las competencias imprescindibles para continuar el proceso educativo, con los apoyos que cada uno precise. La evaluación integradora implica que desde todas y cada una de las materias o ámbitos deberá tenerse en cuenta la consecución de los

objetivos establecidos para la etapa y del correspondiente desarrollo de las competencias. El carácter integrador de la evaluación no impedirá que el profesorado realice de manera diferenciada la evaluación de cada materia o ámbito, teniendo en cuenta sus criterios de evaluación

Para llevar a cabo la evaluación el referente serán los criterios de evaluación. En este sentido, se definen como referentes que indican los niveles de desempeño esperados en el alumnado en las situaciones o actividades a las que se refieren las competencias específicas de cada materia en un momento determinado de su proceso de aprendizaje.

En la evaluación se lleva a cabo la evaluación LOMLOE cuyo referente son los criterios de evaluación, ponderados y vinculados a los descriptores operativos de las competencias clave. Se presenta también la relación con las competencias específicas y los saberes básicos. Los diferentes criterios de evaluación se concretarán en indicadores de logro que se recogerán en las programaciones de aula y que servirán para concretar y objetivar más los criterios de evaluación.

9.2.1. Ponderación de los criterios, instrumentos y relación con competencias clave (y en su caso, con competencias específicas)

1º ESO

C (%)	SB	Criterios de evaluación	Descriptor operativo	%	Instrumento de evaluación	UD
1 30%	A - Salud física - Salud mental	1.1 Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal	CCL3 STEM2 STEM5 CD4 CPSAA2 CPSAA4	10	HJ	1-2-14
	A - Salud física B - La higiene como elemento imprescindible en la práctica deportiva	1.2 Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.		10	ET C	1-4-8-13
	B - Prevención de lesiones en prácticas motrices	1.3 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.		3	ET C	3
	B - Prevención y actuación de accidentes en prácticas motrices PAS	1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios.		3	ET HJ	3
	A	1.5 Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia,		2	ET	

	- Salud social: efectos de los malos hábitos sobre la salud.	valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.			HJ	8
	F - Herramientas digitales para la adquisición de información y análisis de la práctica deportiva	1.6 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.		2	HJ	8-13
2 30%	B - Elección de la práctica física: deportes individuales, cooperativo o colaborativo. - Mecanismos de autoevaluación	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.	CPSAA4 CPSAA5 CE2 CE3	15	TF EP	2-5-6-7-9
	C - Toma de decisiones en función de las características de la actividad - Recursos motrices para resolución de problemas en situaciones cooperativas	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.		8	EP	2-6-7-9
	C - Capacidades perceptivo motrices - Capacidades condicionales	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 vivencial con progresiva autonomía.		7	EP	5-9

	- Habilidades motrices - Creatividad motriz - Obstáculos del entorno					
3 20%	D - Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices. - Conductas prosociales en situaciones deportivas grupales - Respeto a las reglas. - Funciones de arbitraje deportivo.	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.	CCL5 CPSAA1 CPSAA3 CPSAA5 CC3	7	HJ	TODAS
	E - Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter rítmico -expresivo.	3.2 Cooperar o 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.		7	EP	TODAS
	D - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia. - Asertividad y autocuidado.	3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.		6	HJ	TODAS

4 10%	E - Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural: juegos y danzas tradicionales	4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artísticoexpresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.	CC2 CC3 CCEC1 CCEC2 CCEC3 CCEC4	3	TP	12
	E - Deporte y perspectiva de género	4.2 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.		5	T	7-9
	E - Usos comunicativos de la corporalidad: expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos.	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.		2	EP	12
5 10%	F - Iniciación	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.	STEM5 CC4 CE1 CE3	5	EP HJ	10
	F -Respeto a las normas viales en desplazamientos activos. - Análisis del riesgo en las prácticas deportivas en el medio natural y urbano. - Práctica de la bici como	5.2 Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.		5	ETC	10

	medio habitual.					

TEMPORALIZACION 1º ESO

1ª EVALUACION	UD 1(Condición física), UD 2 (Deportes alternativos), UD 3 (Primeros Auxilios). UD 4 (Yoga y respiración),
2ª EVALUACION	UD 5 (Combas), UD 6 (Retos cooperativos), UD 7 (Deporte individual I) UD 8 Buenos y malos hábitos
3ª EVALUACION	UD 9 (Deportes colectivos), UD 10 (Orientación/senderismo), UD 11 (Deportes de adversario), UD 12 Expresión Corporal y baile, UD 13 Nutrición UD 14 JJOO La Besana

2º ESO

C (%)	SB	Criterios de evaluación	Descriptor operativo	%	Instrumento de evaluación	UD
1 30%	A - Salud física - Salud mental	1.1 Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal	CCL3 STEM2 STEM5 CD4 CPSAA2 CPSAA4	10	HJ	1
	A - Salud física B - La higiene como elemento imprescindible en la práctica deportiva	1.2 Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.		6	ET C	1,2,7,11
	B - Prevención de lesiones en prácticas motrices	1.3 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.		2	ET C	1
	B - Prevención y actuación de accidentes en prácticas motrices PAS	1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios.		3	ET HJ	1

	A - Salud social: efectos de los malos hábitos sobre la salud.	1.5 Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.		4	ET HJ	7,11
	F - Herramientas digitales para la adquisición de información y análisis de la práctica deportiva	1.6 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.		5	HJ	7,11
2 30%	B - Elección de la práctica física: deportes individuales, cooperativo o colaborativo. - Mecanismos de autoevaluación -Preparación de la práctica motriz - Planificación y autorregulación de proyectos motores.	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.	CPSAA4 CPSAA5 CE2 CE3	10	TF EP	2,3,4,6,9,10
	C - Toma de decisiones en función de las características de la actividad - Recursos motrices para	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		10	EP	2,3,4,6,9,10

	resolución de problemas en situaciones cooperativas	las soluciones y los resultados obtenidos.				
	C - Capacidades perceptivo motrices - Capacidades condicionales - Habilidades motrices - Creatividad motriz - Obstáculos del entorno	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 vivencial con progresiva autonomía.		10	EP	2,3,4,6,9,10
3 10%	D - Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices. - Conductas prosociales en situaciones deportivas grupales - Respeto a las reglas. - Funciones de arbitraje deportivo.	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.	CCL5 CPSAA1 CPSAA3 CPSAA5 CC3	3	HJ	todas
	E - Práctica de actividades rítmico-musicales con	3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos		4	EP	

	carácter rítmico -expresivo. - Influencia del deporte en la cultura actual.	roles asignados y responsabilidades.				todas
	D - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia. - Asertividad y autocuidado.	3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, 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 cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.		3	HJ	TODAS
4 20%	E - Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural: juegos y danzas tradicionales	4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artísticoexpresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.	CC2 CC3 CCEC1 CCEC2 CCEC3 CCEC4	7	TP	3,4,5
	E - Deporte y perspectiva de género	4.2 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.		6	T	3,4,5,9,10
	E - Usos comunicativos de la corporalidad: expresión de sentimientos y emociones en	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.		7	EP	3,5

	diferentes contextos.					
5 10%	F - Iniciación en diversas actividades físico-deportivas de bajo impacto (rastreo, senderismo). - Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano. - Cuidado del entorno próximo.	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.	STEM5 CC4 CE1 CE3	5	EP HJ	8
	F -Respeto a las normas viales en desplazamientos activos. - Análisis del riesgo en las prácticas deportivas en el medio natural y urbano. - Práctica de la bici como medio habitual. - Nuevos espacios y prácticas deportivas. -Aproximación al patrimonio cultural de Castilla- La	5.2 Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.		5	ETC	8

	Mancha -Consumo responsable					

TEMPORALIZACION 2º ESO

1ª EVALUACION	UD 1 CF y Salud. Primeros auxilios, UD 2 Judo, UD 3 Acrosport
2ª EVALUACION	UD 4 Datchball, UD 5 Juegos populares y tradicionales, UD 6 Deportes de adversario pickleball UD 7 Nutrición, UD 8 Orientación
3ª EVALUACION	UD 9 Baloncesto, UD 10 Deportes alternativos, UD 11 Retos saludables, UD 12 Valores y normas

3º ESO

CES (%)	SB	Criterios de evaluación	Descriptor operativo	%	Instrumento de evaluación	UD
1 (25%)	A. - Salud física	1.1 Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.	CCL3 STEM2 STEM5 CD4 CPSAA2 CPSAA4	10	C	1
	A. - Salud física B - Medidas de higiene en la práctica deportiva.	1.2 Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.		5	EP	1,8
	A. - Salud física B - Medidas de higiene en la práctica deportiva. - Prevención de accidentes en prácticas deportivas.	1.3 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.		2	HJ	1,8
	A. - Salud física B	1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.		2	HJ	1,8

	- Actuación ante accidentes deportivos					
	A - Salud física - Salud social - Salud mental	1.5 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.		4	HJ	1-8
	A - Salud física - Salud social - Salud mental B. - Prevención de accidentes en prácticas deportivas F - Herramientas digitales en la práctica deportiva.	1.6 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.		2	CD	1,8
2 (30%)	**B** **-** Preparación de la práctica motriz - Planificación proyectos	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.	CPSAA4 CPSAA5 CE2 CE3	15	HJ	3,10

	motores C - Capacidades perceptivo motrices - Capacidades condicionales - Habilidades motrices					
	B - Elección de la práctica física - Planificación proyectos motores C - Toma de decisiones - Capacidades perceptivo motrices - Capacidades condicionales - Habilidades motrices - Creatividad motriz	2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades 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.		10	EP	2
	C - Toma de decisiones - Capacidades perceptivo motrices	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 motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.		5	EP	5,7

	- Capacidades condicionales - Habilidades motrices - Creatividad motriz - Obstáculos del entorno					
3 (15%)	D. - Autorregulación emocional - Habilidades sociales - Respeto a las reglas y juego limpio - Rechazo conductas contrarias en situaciones motrices.	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.	CCL5 CPSAA1 CPSAA3 CPSAA5 CC3	5	EP	todas
	D. - Autorregulación emocional - Habilidades sociales - Respeto a las reglas y juego limpio - Rechazo conductas contrarias en situaciones motrices.	3.2 Cooperar o 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.		5	EP	todas
	D. - Autorregulación emocional	3.3 Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de		5	HJ	

	- Habilidades sociales - Respeto a las reglas y juego limpio - Rechazo conductas contrarias en situaciones motrices.	género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica 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.				TODAS
4 (20%)	E. - Aportaciones de la cultura motriz - Usos comunicativos corporalidad - Prácticas de actividades rítmicas - Deporte y perspectiva de género - Influencia del deporte en la cultura actual. C -Creatividad motriz	4.1 Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional 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 CCEC2 CCEC3 CCEC4	10	EP	2,7,10
	E. - Aportaciones de la cultura motriz - Deporte y perspectiva de	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		5	HJ	4,10

	género - Influencia del deporte en la cultura actual	físico deportivo.				
	E. - Aportaciones de la cultura motriz - Usos comunicativos corporalidad - Prácticas de actividades rítmicas C -Creatividad motriz	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 técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.		5	EP	4,10
5 (10%)	F. - Normas de uso en desplazamientos activos. - Práctica de la bicicleta como medio habitual. - Nuevos espacios y prácticas urbanas - Orientación y geolocalización. - Uso sostenible recursos	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.	STEM5 CC4 CE1 CE3	5	MO	6,11
		5.2 Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.		5	T	6,11

	urbanos y naturales. - Organización actividad física en medio natural y urbano.					

TEMPORALIZACION 3º ESO

1ª EVALUACION	UD 1 Condición física y Salud, UD 2 Balonmano, UD 3 Ringo
2ª EVALUACION	UD 4 Ritmos y expresión, UD 5 Badminton, UD 6 Orientación y Geocaching, UD 7 Colpball
3ª EVALUACION	UD 8 Retos saludables, UD 9 Bailes latinos, UD 10 Deportes alternativos, UD 11 Deportes en el medio natural

4º ESO

CES (%)	SB	Criterios de evaluación	Descriptor operativo	%	Instrumento de evaluación	UD
1 (30%)	A. - Salud física C -Sistemas de entrenamiento	1.1 Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.	CCL3 STEM2 STEM5 CD4 CPSAA2 CPSAA4	5	C	1
	A. - Salud física B - Medidas de higiene en la práctica deportiva.	1.2 Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.		5	EP	1
	A. - Salud física B - Medidas de higiene en la práctica deportiva. - Prevención de accidentes en prácticas deportivas.	1.3 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.		5	HJ	1
	A.	1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas		5	HJ	

	- Salud física B - Actuación ante accidentes deportivos	específicas de primeros auxilios.				1, 8
	A - Salud física - Salud social - Salud mental	1.5 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.		5	HJ	1, 11
	A - Salud física - Salud social - Salud mental B. - Prevención de accidentes en prácticas deportivas F - Herramientas digitales en la práctica deportiva.	1.6 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.		5	CD	1, 8, 11

2 (28%)	**B** **-** Preparación de la práctica motriz - Planificación proyectos motores C - Capacidades perceptivo motrices - Capacidades condicionales - Habilidades motrices	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.	CPSAA4 CPSAA5 CE2 CE3	8	HJ	2,,4,6,8,9,10,11,12
	B - Elección de la práctica física - Planificación proyectos motores C - Toma de decisiones - Capacidades perceptivo motrices - Capacidades condicionales	2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades 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.		12	EP	2,4,6,8,9,10,11,12

	- Habilidades motrices - Creatividad motriz					
	C - Toma de decisiones - Capacidades perceptivo motrices - Capacidades condicionales - Habilidades motrices - Creatividad motriz - Obstáculos del entorno	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 motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.		8	EP	5
3 (15%)	D. - Autorregulación emocional - Habilidades sociales - Respeto a las reglas y juego limpio - Rechazo conductas contrarias en situaciones motrices.	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.	CCL5 CPSAA1 CPSAA3 CPSAA5 CC3	7	EP	1,3,5,12
	D. - Autorregulación emocional - Habilidades sociales	3.2 Cooperar o 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		4	EP	1,3,5,12

	- Respeto a las reglas y juego limpio - Rechazo conductas contrarias en situaciones motrices.	tiempo de práctica y la optimización del resultado final.				
	D. - Autorregulación emocional - Habilidades sociales - Respeto a las reglas y juego limpio - Rechazo conductas contrarias en situaciones motrices.	3.3 Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica 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.		4	HJ	TODAS
4 (20%)	E. - Aportaciones de la cultura motriz - Usos comunicativos corporalidad - Prácticas de actividades rítmicas - Deporte y perspectiva de género - Influencia del deporte en la cultura actual.	4.1 Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional 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 CCEC2 CCEC3	10	EP	2, 4, 9

	C -Creatividad motriz		CCEC4			
	E. - Aportaciones de la cultura motriz - Deporte y perspectiva de género - Influencia del deporte en la cultura actual	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.		5	HJ	7
	E. - Aportaciones de la cultura motriz - Usos comunicativos corporalidad - Prácticas de actividades rítmicas C -Creatividad motriz	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 técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.		5	EP	3, 7

5 (7%)	F. - Normas de uso en desplazamientos activos. - Práctica de la bicicleta como medio habitual. - Nuevos espacios y prácticas urbanas - Orientación y geolocalización. - Uso sostenible recursos urbanos y naturales. - Organización actividad física en medio natural y urbano. -Aproximación al patrimonio cultural de Castilla- la Mancha. - Análisis del riesgo propio en las prácticas en el medio natural. - Cuidado del entorno.	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.	STEM5 CC4 CE1 CE3	4	MO	6, 10
		5.2 Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.		3	T	6,10

TEMPORALIZACION 4º ESO

1ª EVALUACION	UD 1 Condición física y Salud 1º auxilios, UD 2 Bádminton, UD 3 Acrosport
2ª EVALUACION	UD 4 Tchoukball UD 5 Malabares, UD 6 (Orientación y Geocaching),
3ª EVALUACION	UD 7 Actividad rítmica UD 8 PPAA, UD 9 Voleibol, UD 11 MMNN, UD 12 Retos saludables 13 Deportes alternativos

1º BACHILLERATO

CE (%)	SB	C. Evaluación	Descriptor operativo	%	Instrumento de evaluación	UD
1 (30%)	A. Vida activa y saludable: - Salud física - Salud social - Salud mental	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.	STEM2 STEM5 CD1 CD4 CPSAA1.1 CPSAA1.2 CPSAA5 CE3	10	T	1
	A. - Salud física - Salud social - Salud mental	1.2 Incorporar, de forma autónoma y según sus preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural y relajación e higiene, durante la práctica de actividades motrices, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales.		5	EP	9
	A. - Salud física - Salud social - Salud mental B:	1.3 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, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional.		5	C	

	-Hábitos higiénicos -Prevención de accidentes -Protocolos ante alertas escolares -Actuaciones ante accidentes deportivos.					1,10
	D. Autorregulación emocional: - Habilidades sociales - Rechazo conductas contrarias a la convivencia.	1.4 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 recibida.		5	RA	10,13
	A. Salud física	1.5 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.		5	CD	9, 13
2 (33%)	B. Organización act física: -Autogestión de proyectos personales.	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.	CPSAA1.2 CPSAA4 CE2 CE3	8	EP	2, 6

	- Preparación evento deportivo. - Plan deportivo					
	C. Resolución de probl: - Toma de decisiones -Capacidades percp-motr. -Creatividad motriz	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.		10	EP	3,5,11 ,12
	C. Resolución de prob: - Planificación -Perfeccionamiento	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.		15	C	3,5,11 ,12
3 (17%)	B: -Planificación actividad física. -Selección material deportivo. C: -Plan deportivo D:	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.	CCL5 CPSAA1.1 CPSAA2 CPSAA5 CC3	3	EP	4

	-Habilidades sociales -Desempeño de roles					
	C: -Creatividad motriz D: -Habilidades sociales	3.2 Cooperar o 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.		10	EP	TODAS
	D: - Gestión del éxito/fracaso - Normas -Rechazo conductas contrarias. -Normas extradeportivas	3.3 Establecer mecanismos de relación y entendimiento 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 y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, además de 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.		4	RA	TODAS
4 (15%)	E: -Juegos tradicionales…	4.1 Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, analizando sus orígenes y su evolución hasta la actualidad y	STEM5 CPSAA1.2 CC1	7	HJ	7, 14

	-Deporte, política .. -Deporte y género: estereotipos….	rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria.	CCEC1			
	E: -Técnicas expresivas - Prácticas de act. ritmicas -Buenas practicas en el deporte	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 y compañeras u otros miembros de la comunidad.		8	EP	2, 7, 14
5 (5%)	F: -Movilidad saludable -Posibilidades del entorno -Aproximación cultural -Mejora del entorno	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	2	MO	8
	F: -Diseño actividades entorno -Riesgos del entorno -Uso sostenible	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.		3	EP	8

	entorno -Mejora entorno próximo -Herramientas digitales para actividades naturaleza.					

TEMPORALIZACION 1º BACHILLERATO

1ª EVALUACION	UD1 Condición física, UD 2 Clases fitness, UD 3 Bádminton, UD 4 Organización y planificación de torneos
2ª EVALUACION	UD 5 Hockey, UD 6 Kinball, UD 7 Actividades rítmicas y musicales UD 8 Actividades en el medio natural UD 9 Nutrición
3ª EVALUACION	UD 10 Primeros Auxilios, UD 11 Multideporte: deportes alternativos, UD 12 Voleibol, UD 13 Retos saludables UD 14 Bailes latinos

9.2.2. Criterios de calificación

La calificación de cada alumno es la suma de la calificación de los criterios de evaluación (previamente ponderados -de acuerdo con las tablas anteriores-) que han sido evaluados hasta ese momento, de manera que en junio se habrán evaluados todos ellos en cada curso. La calificación se expresará de forma numérica de 1 a 10 en Educación Secundaria y de 0 a 10 en Bachillerato. Se informará a los alumnos y a las familias de la calificación en la 1ª y en la 2ª evaluación, solamente con carácter orientativo, y con carácter prescriptivo y oficial en la tercera evaluación

La calificación del alumno es siempre el número entero, de manera que, por ejemplo, un alumno que tiene un 4,9 tiene un 4 y un alumno que tiene un 9,9 tiene un 9.

Medidores de desempeño



9.2.3. Mecanismos de recuperación del curso presente

Los alumnos que al término de una evaluación presenten una calificación negativa, tendrán la posibilidad de recuperar aquellos criterios que no hayan alcanzado en el tiempo restante de curso por medio de instrumentos de evaluación similares a los que se han empleado en su primera evaluación.

Se informará debidamente a través de un plan de trabajo de cómo se llevará a cabo esta recuperación.

Quedará a criterio de cada profesor la posibilidad de realizar pruebas de ampliación de calificación.

9.2.4. Mecanismos de recuperación de materia pendiente (cursos anteriores)

1º ESO

El alumnado que cursando 2º o 3º de ESO tengan pendiente 1º de ESO deberá realizar una serie de tareas de evaluación (Véase la tabla con instrumentos y ponderaciones que sigue) que irán siendo pautadas por el profesor que le imparta clase el curso en vigor. Se informará previamente al alumno de este proceso.

1º ESO			
COMPETENCIA	**Criterios de Evaluación**	**%**	**Instrumento**
1	1.1 Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal.	**20**	**T**
2	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	**30**	**EP**
3	3.2 Cooperar o 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.	**20**	**EP**
4	4.2 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.	**16**	**T**
5	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.	**14**	**EP**

2º ESO

El alumnado que cursando 3º o 4º de ESO tengan pendiente 2º de ESO deberá realizar una serie de tareas de evaluación (Véase la tabla con instrumentos y ponderaciones que sigue) que irán siendo pautadas por el profesor que le imparta clase el curso en vigor. Se informará previamente al alumno de este proceso.

2º ESO

BLOQUE	Criterios de Evaluación	%	Instrumento
1 (CF)	**1.1** Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.	**20**	**T**
2(Juegos/deportes)	**2.1** Resolver situaciones motrices aplicando los aspectos básicos de la técnica de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.	**30**	**EP**
3(Act medio natural)	3.1Reconocer las posibilidades que ofrece el medio natural para la realización de actividades físico-deportivas utilizando las técnicas específicas adecuadas y mostrando actitudes de utilización responsable del entorno.	**10**	**MO**
4(Ritmo y expresión)	**4.1** Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.	**10**	**EP**
5 (Actitudes, valores y normas)	5.1 Valorar la actividad física en sus distintas manifestaciones como forma de ocio activo y de inclusión social, facilitando la participación de otras personas independientemente de sus características y colaborando con los demás.	**10**	**HJ**
	5.4 Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.	**10**	**EP**
	5.5 Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.	**10**	**BI**

3º ESO

El alumnado que cursando 4º de ESO tengan pendiente 3º de ESO deberá realizar una serie de tareas de evaluación (Véase la tabla con instrumentos y ponderaciones que sigue) que irán siendo pautadas por el profesor que le imparta clase el curso en vigor. Se informará previamente al alumno de este proceso.

3º ESO			
COMPETENCIA	**Criterios de Evaluación**	**%**	**Instrumento**
1	1.1 Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.	**15**	**T**
	1.3 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	**15**	**T**
2	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.	**20**	**EP**
3	3.3 Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica 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.	**20**	**EP**
4	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 técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.	**15**	**EP**

5	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.	**15**	**EP**

4º ESO

4º ESO			
BLOQUE	**Criterios de Evaluación**	**%**	**Instrumento**
1(CF)	1.1 Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud.	**20**	**T**
2(Juegos/deportes)	2.1 Resolver situaciones motrices aplicando aspectos técnicos en las actividades físico-deportivas propuestas, con eficacia y precisión.	**30**	**EP**
3(Act. medio natural)	**3.1** Profundizar en el conocimiento de las actividades físico-deportivas en el medio natural, reconociendo el impacto ambiental, económico y social de su aplicación y reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida y en el entorno.	**15**	**MO**
4(Ritmo y expresión)	4.1 Componer y presentar composiciones individuales o colectivas, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva.	**15**	**EP**

5(Actitudes, valores y normas)	5.1 Mostrar actitudes de compromiso con su mejora personal y de responsabilidad en su relación con los demás.	**10**	**HJ**
	5.5 Utilizar eficazmente las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando los resultados y conclusiones en el soporte más adecuado.	**10**	**BI**

1º Bachillerato

El alumnado que cursando 2º de bachillerato tengan pendiente 1º de bachillerato deberá realizar una serie de tareas de evaluación (Véase la tabla con instrumentos y ponderaciones que sigue) que irán siendo pautadas por el profesor que le imparta clase el curso en vigor. Se informará previamente al alumno de este proceso.

1º Bachillerato			
BLOQUE	**Criterio de Evaluación**	**%**	**Instrumento**
1	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.	**30**	**T**
2	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	**20**	**EP**

	adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.		
3	3.3 Establecer mecanismos de relación y entendimiento 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 y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, además de 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.	**20**	**EP**
4	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 y compañeras u otros miembros de la comunidad.	**15**	**EP**
5	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.	**15**	**EP**

9.2.5. Consideraciones en la calificación

Se tendrá una **calificación de cero** en el criterio o criterios evaluados en los siguientes casos:

- → No entrega de tarea o no realización de prueba correspondiente (sin causa justificada)
- → Entrega de tarea copiada
- → Copia durante la prueba escrita

Se adjuntan en anexo las instrucciones de acuerdo a las NCOF

9.3. Evaluación del proceso de enseñanza

Capítulo III, artículo 9. 7. (Decreto 8/2022). El profesorado evaluará tanto los aprendizajes del alumnado como los procesos de enseñanza y su propia práctica docente. Teniendo como referencia la orden 186/2022 de evaluación, serán objeto de evaluación:

a) El análisis de los resultados obtenidos en cada una de las materias o ámbitos y la reflexión sobre ellos.
b) La adecuación de los distintos elementos curriculares de las programaciones didácticas elaboradas por los departamentos.
c) Las medidas organizativas de aula, el aprovechamiento y adecuación de los recursos y materiales curriculares, el ambiente escolar y las interacciones personales.
d) La coordinación entre los docentes y profesionales que trabajen no solo en un mismo grupo, sino también en el mismo nivel.
e) La utilización de métodos pedagógicos adecuados y la propuesta de actividades, tareas o situaciones de aprendizaje coherentes.
f) La idoneidad de la distribución de espacios y tiempos.
g) El uso adecuado de procedimientos, estrategias e instrumentos de evaluación variados.

h) Las medidas de inclusión educativa adoptadas para dar respuesta al alumnado.
i) La utilización del Diseño Universal para el Aprendizaje tanto en los procesos de enseñanza y aprendizaje como en la evaluación.
j) La comunicación y coordinación mantenida con las familias, además de su participación.

Para llevar a cabo la evaluación de la práctica docente se utilizarán diferentes **procedimientos**:

- Observación sistemática de la práctica diaria
- Análisis de diferentes elementos que conforman la práctica.

Estos procedimientos de aplicarán en diferentes momentos de acuerdo a la **temporalización** que se recoge a continuación:

	Diaria	Trimestral	Anual	otros
Observación sistemática de la respuesta y los resultados	X			
Cuestionario al alumnado	X	X		
Análisis de los resultados		X		
Evaluación de la programación - recogido en la memoria final de curso			X	
Evaluación interna del departamento formalizada				X (3 años)

Se buscará el análisis de la propia práctica docente a través de diferentes procedimientos y con la utilización de diferentes **instrumentos**. Así:

- Análisis cuantitativo y cualitativo de los resultados al finalizar cada trimestre. Se recogerá en un documento del departamento. Junto con el análisis del grupo y los resultados se adjuntarán las propuestas de mejora.
- Cuestionario que se pasará al alumnado al finalizar el trimestre o el curso para conocer la valoración que este hace del profesorado y su metodología.
- Análisis de los elementos de configuran la práctica docente a través de la rúbrica que se adjunta a continuación.

Autoevaluación de la práctica docente				
INDICADORES DE LOGRO	**Medidas de desempeño**			**Propuestas de mejora para el próximo curso**
	Mal / Revisar	**Aceptable / Revisable**	**Conseguido**	
Documentos del departamento. Programación	No se adecúa de forma correcta a la legislación. Contienen errores. Les faltan elementos nuevos. Precisan algunos aspectos de una modernización y una revisión. No alcanza las expectativas en absoluto y no sirve para resolver problemas y diferentes situaciones de las prácticas docente.	Se adecúan, pero no llegar a ser viables en la práctica docente. Hace falta añadir algún elemento nuevo que ha aparecido a lo largo del curso. Se debería modernizar algún aspecto. Prevé algunos conflictos, pero no contiene las respuestas para todas las situaciones que surgen en el día a día.	Viables. Adecuado. Correcto. Contempla todos los elementos e intenta estar en constante adecuación a las nuevas tendencias metodológicas	
Documentos: Actas	No detallan los aspectos clave de la CCP ni sirven de información al departamento.	Están correctas.	Son correctas y detalladas. Recogen todos los aspectos de interés para el departamento.	
Documentos: PRE / PTI	Son farragosos o liosos, no resolutivos ni prácticos.	Parcialmente prácticos	Son prácticos y sirven de ayuda a los alumnos para el objetivo con el que se han diseñado.	
Distribución de contenidos y consecución de los objetivos del curso	No se han completado contenidos ni objetivos. Se han distribuido de forma poco eficaz. Falta de tiempo en algunos cursos	Se han ajustado bastante al calendario académico, aunque hay contenidos que se han quedado sin dar y objetivos que no se han conseguido	Se han conseguido los objetivos. Distribución correcta de los contenidos. La distribución ha contribuido significativamente a alcanzar los objetivos	
Programación y planificación de	Insuficientes, caóticas. Poco interesantes.	Se relacionan con saberes o con competencias pero son	Interesantes para los alumnos, variadas y bien relacionadas	

las actividades	Aburren al alumnado. No se relacionan con saberes o con competencias específicas o clave	poco interesantes para los alumnos o poco variadas	para la adquisición de saberes básicos y el desarrollo de competencias.	
Actividades complementarias	Pocas o ninguna y con poco interés para el alumnado Mala coordinación entre los profesores del departamento o con otros departamentos	Bien planificadas, pero poco interesante. Mal planificadas pero interesantes	Interesantes y bien planificadas. Didácticas y lúdicas Educativas. Relacionadas con otros departamentos	
Recursos	Insuficientes. Poco variados. Nada motivadores. No incluye el uso de las TIC	Han sido variados, pero no lo suficientemente motivadores o lúdicos o viceversa	Motivadores. Lúdicos. Inclusión de las TIC, TAC y TEP	
Inclusión educativa: medidas de atención a la diversidad	Insuficientes e imprecisas. Mala coordinación con especialistas.	Insuficientes o imprecisas Coordinación difícil, pero se consigue.	Precisas, llevadas a cabo con acierto. Buena coordinación	
Evaluación: autoevaluación, coevaluación y metacognición	No se adecúan de forma correcta. Contienen errores, precisan de una revisión y modernización. No son claros ni concisos	Se adecúan, pero se deberían revisar algunos aspectos para que sean más claros, concisos y atractivos	Con correctos, claros, concisos, modernos, motivadores y didácticos	
Comunicación con los estudiantes y sus familias	No informa al alumnado ni a las familias de ningún aspecto relacionado con la materia: evaluación, lecturas, trabajos, salidas, etc. No utiliza Delphos/Papás ni el teléfono ni ningún otro	La información llega a destiempo, es poco precisa y confusa. No se envían ni se responde a los mensajes y/o llamadas con asiduidad Utiliza pocos medios de comunicación	Se informa de todos los aspectos relacionados con la materia y el alumnado. La información se da a tiempo, es precisa y clara. Se envía y se responde mensajes y/o llamadas siempre. Utiliza varios medios para	

	medio de comunicación		comunicarse	

10. PLANES Y PROYECTOS EDUCATIVOS

Actualmente se desarrollan los siguientes proyectos que abarcan las diferentes materias:

- Plan de lectura.
- Programa ECO-ESCUELA.
- Plan para mejorar la convivencia: son actividades que se realizan durante los recreos.
- Actividades culturales.
- Programa Bilingüe. Lengua inglesa.

De los cuales, la asignatura de Educación Física participa en:

10.1 **Proyecto de Innovación**

El departamento de Educación Física se encuentra inmerso en el **Proyecto de Innovación Educativa en Centros: El yacimiento carpetano del cerro Gollino**, concretamente desde el área DERAIZ

Actuación B: Actividades DRAIZ			
Responsable	**PROFESOR DE APOYO 2**	**Fecha de inicio: 01/10/25** **Fecha Final: 25/10/25**	
Vinculación con el objetivo	***A través de la participación en actividades de esta área conseguir mentalizar al alumnado de la importancia del patrimonio cultural y natural***		
Vinculación con indicadores	Calidad y número de actividades planteadas por los docentes participantes en el proyecto.		
Temática	**Fecha**	**Entidad organizadora**	
Ruta de senderismo guiada		**A.C Amigos de Corral de Almaguer**	
Acciones preliminares	**Descripción**	**Participantes**	**Fecha**
Ruta de senderismo guiada	Ruta de senderismo guiada por el arqueólogo encargado del proyecto arqueológico y organizada por la A.C. Amigos de Corral.	Alumnado de 1º y 2º de ESO	F. Inicio: F. Final:

10. 2 Plan de Lectura

El departamento de Educación Física participa en el Plan de Lectura del centro a través de varias actividades para los diferentes cursos a los que imparte su materia. Estas actividades quedan recogidas en la siguiente tabla:

ACTIVIDADES	Nº 1	Nº 2	Nº 3	Nº 4
TÍTULO	Lectura de artículo relacionado con la Unidad Didáctica	Lectura "La Ilíada"	Textos sobre salud y calidad de vida	Trabajo sobre Primeros Auxilios
DESCRIPCIÓN/ EXPLICACIÓN	Al comenzar una Unidad Didáctica, presentamos la misma con la lectura de un artículo relacionado con el tema.	Lectura de "La Ilíada" en clase con motivo del día de la Fundación de Roma y Grecia	Lectura de diferentes textos para reflexionar sobre hábitos saludables y hábitos perjudiciales para la salud, en la Unidad Didáctica de Condición Física y salud, Nutrición y Primeros Auxilios	Lectura y comprensión de los primeros auxilios como RCP, PLS o maniobra de Heimlich, deben aplicar lo leído a teatralizar una situación real y crear un tutorial de acción en base a la normativa
ALUMNOS/ AS A LOS QUE VA DESTINADO (nivel)	1º y 2ºESO	1º bachillerato	3º y 4ºESO	1º bachillerato
FECHA DE REALIZACIÓN (trimestre)	Todos	Abril, 3º trimestre	1º Y 2º triemstre	2º trimestre
ESPACIO EN EL QUE SE REALIZARÁ	Pabellón	Pabellón	Pabellón	Pabellón y casa
RECURSOS Y MATERIALES	Artículos científicos y de interés	Libro "La Ilíada"	Textos, artículos y biografías	Recursos del Departamento de Educación Física
AGRUPAMIENTOS	1ºA, 1ºB, 1ºC, 2ºA, 2ºB, 2ºC	1ºBTA y 1ºBTB	3ºA, 3ºB, 3ºC, 3ºD, 4ºA, 4ºB, 4ºC	1ºBTA y 1ºBTB

10. CONCLUSIÓN

Las Programaciones Didácticas son un documento estable y flexible a lo largo del curso. A pesar de ello, las modificaciones que se pudieran realizar en la misma, y que han de ser justificadas, se recogerán en las actas del departamento y se comunicarán a la CCP y al resto de los interesados (alumnado, servicio de inspección…)

11. ANEXOS



A. ODS

Los Objetivos de desarrollo sostenible son el plan maestro para conseguir un futuro sostenible para todos. Se interrelacionan entre sí e incorporan los desafíos globales a los que nos enfrentamos día a día, como la pobreza, la desigualdad, el clima, la degradación ambiental, la prosperidad, la paz y la justicia. Para no dejar a nadie atrás, es importante que logremos cumplir con cada uno de estos objetivos para 2030.

Página RECURSO para trabajar:

https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/takeaction/

Objetivo 1: Poner fin a la POBREZA /Poner fin a la pobreza en todas sus formas en todo el mundo.

Objetivo 2: HAMBRE Cero / Poner fin al hambre, lograr la seguridad alimentaria y la mejora de la nutrición y promover la agricultura sostenible.

Objetivo 3: Buena SALUD / Garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades.

Objetivo 4: EDUCACIÓN de calidad / Garantizar una educación inclusiva, equitativa y de calidad y promover oportunidades de aprendizaje durante toda la vida para todos.

Objetivo 5: IGUALDAD de género / Lograr la igualdad entre los géneros y empoderar a todas las mujeres y niñas.

Objetivo 6: AGUA limpia y saneamiento / Garantizar la disponibilidad de agua y su gestión sostenible y el saneamiento para todos.

Objetivo 7: ENERGÍA asequible y sostenible / Garantizar el acceso a una energía asequible, segura, sostenible y moderna para todos.

Objetivo 8: TRABAJO decente y crecimiento económico /Promover el crecimiento económico sostenido, inclusivo y sostenible, el empleo pleno y productivo y el trabajo decente para todos.

Objetivo 9: INDUSTRIA, innovación, infraestructura / Construir infraestructuras resilientes, promover la industrialización inclusiva y sostenible y fomentar la innovación.

Objetivo 10: Reducir INEQUIDADES / Reducir la desigualdad en y entre los países.

Objetivo 12: CONSUMO responsable y producción / Garantizar modalidades de consumo y producción sostenibles.

Objetivo 13: Acción CLIMÁTICA / Adoptar medidas urgentes para combatir el cambio climático y sus efectos.

Objetivo 14: Vida MARINA / Conservar y utilizar en forma sostenible los océanos, los mares y los recursos marinos para el desarrollo sostenible.

Objetivo 15: Vida en la TIERRA / Proteger, restablecer y promover el uso sostenible de los ecosistemas terrestres, efectuar una ordenación sostenible de los bosques, luchar contra la desertificación, detener y revertir la degradación de las tierras y poner freno a la perdida de diversidad biológica.

Objetivo 16: Paz, JUSTICIA e instituciones fuertes / Promover sociedades pacificas e inclusivas para el desarrollo sostenible, facilitar el acceso a la justicia para todos y crear instituciones eficaces, responsables e inclusivas a todos los niveles.

Objetivo 17: ALIANZAS para los objetivos /Fortalecer los medios de ejecución y revitalizar la alianza mundial para el desarrollo sostenible

B. Plantilla situaciones de aprendizaje

Cuadro general de SITUACIONES DE APRENDIZAJE – EDUCACIÓN FÍSICA – 1º ESO																									
UP	**Situación**	**OGE**										**Competencias específicas**					**Saberes básicos**						**Criterios de evaluación - COD**	**DO**	**%**	**IE**
		a	b	c	d	e	f	g	h	j	l	m	1	2	3	4	5	A	B	C	D	E	F				

1.	SITUACIÓN *TÍTULO*											Vinculación UP:					TR.	1º	2º	3º
Objetivos	**OGE**											**Competencias específicas**					**Competencias clave**								**ODS**
	a	b	c	d	e	f	g	h	j	L	m	1	2	3	4	5	CL	CP	CEC	CE	CD	CPSAA	STEM	CC	

Saberes básicos																								
Bloque A																								
Criterios de evaluación																Descriptor operativo						%	IE	
Secuencia de actividades																								
Actividad												Desarrollo – indicaciones metodológicas											Espacio	Recursos	Agrupamiento

C. NCOF

PROTOCOLO ACTUACIÓN ANTE EL INTENTO O LA COPIA EN UNA PRUEBA DE EVALUACIÓN

Antes de comenzar un examen o al comienzo de curso, el profesorado tiene que informar a sus alumnos del protocolo a seguir que se detalla a continuación. Podrá hacerlo incluyendo en cada prueba esta información o a través de un correo de Educamos CLM a principio de curso con el que quedará constancia escrita de las normas a seguir en una prueba de evaluación.

PRUEBAS ESCRITAS (EXÁMENES)

Si un alumno es sorprendido copiando en una prueba escrita utilizando cualquier instrumento (otro examen de otro alumno, móvil, papel o “chuleta”, dispositivos remotos, etc.), se le recogerá el examen y tendrá una calificación de 0 en los criterios de evaluación o en los contenidos que se estén evaluando con ese examen, independientemente de la cantidad de texto copiado.

Esos contenidos o criterios de evaluación serán evaluados posteriormente en un examen de recuperación, siempre y cuando el alumno tenga que realizarlo por haber suspendido el trimestre en cuestión.

Si un alumno es sorprendido copiando en un examen de recuperación, la calificación de los criterios de evaluación y contenidos del mismo será de 0, no teniendo derecho posteriormente a repetir este examen puesto que ya habría sido evaluado dos veces de ellos, igual que cualquier otro compañero que haya suspendido anteriormente.

Caso concreto de uso de dispositivos remotos con auriculares: Debido a la imposibilidad de comprobar si está copiando en un momento determinado, si un alumno es sorprendido con algún dispositivo en sus orejas, tendrá la calificación de 0 en los criterios de evaluación o contenidos evaluados con ese examen.

Si un profesor detectase algún instrumento o situación que previamente se ha avisado que no puede darse como norma de realización del examen, pero no es sorprendido copiando, se le retirará ese instrumento y se pondrá una amonestación por escrito al incumplir una norma de convivencia. Este incumplimiento será considerado como gravemente atentatorio contra la convivencia del centro y las sanciones serán las asignadas a esta tipificación.

TRABAJOS Y PROYECTOS

Si un docente detectase y probase la copia literal continuada de parte o la totalidad de un trabajo o proyecto, la calificación de los criterios de evaluación o los contenidos tratados mismo será de 0.

Esos contenidos o criterios de evaluación serán evaluados posteriormente con ese u otro instrumento de recuperación, siempre y cuando el alumno tenga que realizarlo por haber suspendido el trimestre en cuestión.

Si ocurre esta situación descrita anteriormente en un instrumento de evaluación usado para la recuperación, la calificación de los criterios de evaluación y contenidos del mismo será de 0, no teniendo derecho posteriormente a repetir esta evaluación puesto que ya habría sido evaluado dos veces de ellos, igual que cualquier otro compañero que haya suspendido anteriormente.

La entrega fuera de plazo de un trabajo o proyecto será tratada de igual forma a la descrita en este apartado.

PROTOCOLO ACTUACIÓN ANTE LAS FALTAS INJUSTIFICADAS A PRUEBAS DE EVALUACIÓN POR PARTE DE ALUMNADO

Si un alumno falta a clase y no realiza una prueba de evaluación desarrollada durante el día de la falta, estará obligado a justificar la ausencia debidamente. En caso de no poder justificar la ausencia debidamente, la calificación de los criterios y contenidos evaluados será de 0. Esos contenidos o criterios de evaluación serán evaluados posteriormente con un instrumento de evaluación usado en la recuperación, siempre y cuando el alumno tenga que realizarlo por haber suspendido el trimestre en cuestión.

Para justificar la ausencia debidamente se le podrá solicitar un justificante médico oficial en el que conste la asistencia a la consulta médica (no será válido un documento con la cita, pues no demuestra la asistencia a la misma) o cualquier otro justificante oficial que demuestre el cumplimiento de un deber inexcusable de carácter público y personal.

Si un docente lo considera oportuno, no dará por bueno un justificante firmado por los tutores legales o por el propio alumno (si este fuera mayor de edad).

D. Regulación de la Educación online

Se introduce este nuevo apartado específico que regula las normas de funcionamiento de la educación online:

El momento socio-cultural y educativo que estamos viviendo, nos obliga a definir la forma en que profesores y alumnos han de relacionarse en el ámbito virtual. El aula tanto en las clases presenciales como en las que se imparten vía online ha de ser un espacio de libertad, de respeto a la dignidad de las personas y de intercambio de ideas y conocimientos. Es un espacio destinado a educar, enseñar, estudiar y aprender.

Las plataformas digitales y redes sociales son entornos virtuales por medio de los que nos comunicamos como en cualquier espacio de interacción, por lo que debemos respetarnos y guardar ciertas normas. El respeto, la tolerancia, dignidad y responsabilidad, son los principios que deben guiar el desarrollo de este proceso de enseñanza aprendizaje y las distintas formas de interacción entre sus integrantes, si lo es en lo presencial aún más en lo virtual.

NORMAS PARA EL APRENDIZAJE ONLINE PARA ALUMNADO

OBLIGACIONES:

Mantenerse informado acerca de las clases, tareas, lecturas, actividades del curso asistiendo según programación.

Cumplir dentro del aula virtual con todas las tareas y actividades detalladas por el profesorado, en el tiempo y forma establecidos. El incumplimiento de las tareas en tiempo y forma llevarán a una valoración negativa en la tarea.

Los alumnos durante las clases tendrán la cámara activada.

El uso del micrófono se realizará según indicaciones del profesor. Como pauta general, los alumnos durante las clases tendrán el micrófono desactivado, hasta que el profesor diga que se active para intervenir en el aula.

Se mantendrá una actitud positiva y de participación en el aula online que ayude a mantener los diálogos en un ambiente sano, respetuoso, inclusivo y educativo.

Se debe mantener buena disposición: tener preparado el material necesario para seguir la clase, usar vestimenta adecuada, no estar en la cama, evitar comer durante las clases o tener otros dispositivos que puedan distraer como el móvil.

Utilizar el chat de las plataformas educativas usadas por el centro adecuadamente y solo para cuestiones académicas.

Las actividades deben entregarse al profesor responsable de la asignatura a través de los canales habilitados para ello, según indicaciones dadas por el profesor. Por medios no indicados, el profesor podrá no calificarlos.

Respetar la privacidad personas que aparezcan en la conexión online.

Asistir a las clases puntualmente. Si se presenta cualquier problema de conexión a la plataforma, se debe comunicar a al profesor a través de Educamos CLM. En caso contrario, se

Todos entrarán a la reunión a la hora fijada por el profesor en el calendario y tendrán que abandonarla en el momento en el que se les indique.

Recordar sus datos de acceso a las plataformas educativas.

CONDUCTAS SUSCEPTIBLES DE SER SANCIONADAS:

Grabar y/ o difundir imágenes, sonidos o cualquier contenido de la clase online sin permiso.

Subir archivos, anunciar o transmitir cualquier contenido ilegal, amenazador, abusivo, malicioso, agraviante, difamatorio, vulgar, humillante, vejatorio, obsceno, pornográfico, invasivo de la privacidad, racial, de género o étnicamente inaceptable y/o cualquier otros que generen responsabilidades civiles o penales, que atenten contra cualquier condición o circunstancia personal o social o contra los derechos fundamentales recogidos en la Constitución.

Suplantar o falsear la identidad de una persona.

Compartir sus datos de acceso personal con personas ajenas a la clase.

Usar fondos de pantalla inapropiados.

En caso de comportamiento inapropiado durante la clase, el profesor podrá desconectar la cámara, micrófono o incluso su asistencia a la clase online.

Si algún alumno no cumple las normas descritas anteriormente o las indicaciones dadas por el profesorado, se informará a jefatura de estudios y se amonestará por

escrito si lo estima necesario (esta amonestación será obligatoria si la decisión del docente ha sido desconectar a un alumno de la clase online).

SANCIONES

El incumplimiento de las normas recogidas en este apartado de conductas susceptibles de ser sancionadas, se considerará como falta grave y será sancionada conforme a lo recogido en las NCOF.

E. Planes de trabajo

Modelo para plan de trabajo individualizado



Plan de trabajo para el alumno que por razones sanitarias no puede asistir al aula: debe guardar cuarentena o se encuentra enfermo

CURSO:	**GRUPO:**				
PROFESOR/A:					
MATERIA: EDUCACIÓN FÍSICA					
PERIODO DEL PLAN DE TRABAJO:	Ev.	1ª	2ª	3ª	Fecha:
Consideraciones especiales:					

Plan de trabajo:					
Contenidos	Competencia 1	2	3	4	5
Actividades relacionadas[2]					
Recursos [3]					
Crit. Ev.					
Comunicación	*Indicar del modelo de comunicación con la familia*				

Corral de Almaguer a de de 202__

Fdo.:

[2] Se marcar en color aquellas actividades que son evaluables. Indicar en la actividad cuándo y cómo debe ser la entrega

[3] Se indica el recursos asociado a la actividad o al contenido y en **qué plataforma** estará disponible el material

Modelo para plan de trabajo individualizado para alumno que asiste al aula pero no realiza la sesión



Plan de trabajo para el alumno que por razones sanitarias no realiza la sesión como el resto de sus compañeros: se encuentra enfermo/limitado físicamente

CURSO:	**GRUPO:**				
PROFESOR/A:					
MATERIA: EDUCACIÓN FÍSICA					
SESIÓN:	Ev.	1ª	2ª	3ª	Fecha:
Consideraciones especiales:					

Contenidos trabajados en la sesión.	
Actividades relacionadas (detallar todas las actividades/juegos llevadas a cabo durante la sesión).	
Material utilizado	
Conclusión personal de la sesión	

Corral de Almaguer a de de 202__

Fdo.:

F. Modelos para la evaluación trimestral de los resultados

Curso:	
Ev. 1ª 2ª 3ª	
Descripción general del grupo	*Se indican aquí aspectos relativos a la composición del grupo. Número de alumnos, número de repetidores, alumnos absentistas, alumnos con barreras de aprendizaje…*
Descripción de los resultados	*El análisis de resultados puede ser cuantitativo pero se busca especialmente que sea cualitativo. En este apartado se puede recoger el aspecto cuantitativo y analizar de forma más cualitativa en el siguiente apartado.*
Análisis de los resultados	*Trata de explicar el porqué de los resultados, tanto en el caso de que sean muy buenos como en el caso de que no sean tan positivos*
Propuestas de mejora	*Interesa recoger aquellos aspectos que podrían Mejorar los resultados de cara a la evaluación próxima o de cara al siguiente cursos*

G. Modelos de plan de refuerzo – adaptación curricular significativa

NOMBRE		APELLIDOS	

ADAPTACIONES CURRICULARES SIGNIFICATIVAS Y EVALUACIÓN DE LOS PROGRESOS ALCANZADOS							
MATERIA			OBSERVACIONES A LA MATERIA				
NIVEL DE COMPETENCIA CURRICULAR			☐ 2º EP ☐ 3º EP ☐ 4º EP ☐ 5º EP ☐ 6º EP ☐ 1º ESO ☐ 2º ESO ☐ 3º ESO				
REFERENTES DE LOS ELEMENTOS DEL CURRÍCULO			Trimestre			Conseguido	No conseguido
			1º	2º	3º		
01			☐	☐	☐	☐	☐
02			☐	☐	☐	☐	☐
03			☐	☐	☐	☐	☐
04			☐	☐	☐	☐	☐
05			☐	☐	☐	☐	☐
06			☐	☐	☐	☐	☐
07			☐	☐	☐	☐	☐
08			☐	☐	☐	☐	☐

09		☐	☐	☐	☐	☐
10		☐	☐	☐	☐	☐

H. Modelo de plan de refuerzo

<table>
<tr><td colspan="3">Nombre y apellidos:</td><td colspan="2">CURSO:</td></tr>
<tr><td colspan="2">Profesor:</td><td>Fecha:</td><td colspan="2">Trimestre
1º | 2º | 3º</td></tr>
<tr><td>Motivo del plan de refuerzo:</td><td>☐ Materia pendiente curso anterior</td><td>☐ Criterios no alcanzados en evaluación</td><td colspan="2">☐ Otro:</td></tr>
<tr><td>C.Esp.</td><td>Criterios no alcanzados</td><td>Saberes relacionados</td><td colspan="2">Instrumento de recuperación</td></tr>
<tr><td>1</td><td>☐ 1.1.
☐ 1.2.</td><td></td><td colspan="2"></td></tr>
<tr><td>2</td><td>☐</td><td></td><td colspan="2"></td></tr>
<tr><td>3</td><td>☐</td><td></td><td colspan="2"></td></tr>
<tr><td>4</td><td>☐</td><td></td><td colspan="2"></td></tr>
<tr><td>5</td><td>☐</td><td></td><td colspan="2"></td></tr>
<tr><td></td><td colspan="4">OBSERVACIONES:</td></tr>
<tr><td></td><td colspan="4"></td></tr>
</table>

I. Procedimientos e instrumentos de evaluación en relación con los bloques de saberes.

Bloque de saberes	Procedimientos	Instrumento
Vida activa y saludable	Observación sistemática Toma de datos sistemática Datos objetivos	Test físicos (T.F.) Exámenes teóricos (ET) Registro anecdótico (RA) Cuestionarios (C) Cuestionario digital (CD) Hoja de registro (HJ) Aplicación tecnológica móvil (ATM) Kahoot/Quizziz (K/Q) Búsqueda de información (BI)
Organización y gestión de la actividad física		Exámenes teórico-prácticos (ETC) Exámenes prácticos (EP) Trabajos (T) Cuestionarios (C) Grabaciones individuales y colectivas Kahoot/Quizziz (K/Q)
Resolución de problemas en situaciones motrices		Registro anecdótico (RA) Hoja de registro (HJ) Trabajos (T)
Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices		Exámenes prácticos (EP) Trabajos (T) Kahoot/Quizziz (K/Q)
Manifestaciones de la cultura motriz		Registro anecdótico (RA) Trabajos de investigación (TI) Búsqueda de información (BI)

Interacción eficiente y sostenible con el entorno		Mapa de orientación (MO) Participación en clase (P)