

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

Departamento de EDUCACIÓN FÍSICA

Profesores:

*María Teresa Ruano Bravo
Rocío Quílez Ruiz
Cipriano Cobo López
Susana Ruiz Arganda*

IES Ciudad de los Ángeles

Curso 2025-26

OBJETIVOS GENERALES DE LA ETAPA

A través de la siguiente tabla, haremos una relación de como contribuye la Educación Física a la consecución de los objetivos generales de etapa establecidos en la LOMLOE.

En **EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA**:

| OBJETIVOS DE ETAPA | OBJETIVOS ESPECÍFICOS |
|--|---|
| <p>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.</p> <p>b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.</p> <p>c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres.</p> <p>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, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.</p> <p>e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Desarrollar las competencias tecnológicas básicas y avanzar en una reflexión ética sobre su funcionamiento y utilización.</p> <p>f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Aprender a trabajar y jugar en pequeños grupos. • Aprender a trabajar y jugar en el gran grupo de clase • Asumir la diversidad de características y capacidades personales y deportivas, incluidas las propias y las derivadas de la diferencia de género. <p>Desarrollar la capacidad de implicarse en el trabajo físico individual y colectivo conciliando la búsqueda del resultado y la práctica gratificante.</p> <p>Asumir la diversidad de características y capacidades personales y deportivas, incluidas las propias y las derivadas de la diferencia de género. Conocer el trabajo de figuras femeninas con mérito deportivo.</p> <p>Desarrollar la capacidad de expresar verbal y no verbalmente los propios sentimientos.</p> <p>Ser capaz de buscar información sobre los contenidos prácticos que se vayan a impartir y ponerlos en común en el gran grupo.</p> <p>Tomar el hábito de evaluar la propia práctica y de encontrar individual y colectivamente respuestas ante las áreas de mejora que se identifiquen.</p> |

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

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,

Participar en las actividades colectivas deportivas y expresivas tomando decisiones y llevándolas a la práctica. Valorar las necesidades colectivas en cada deporte y actividad y tomar parte en su resolución.

Realizar las comunicaciones escritas con corrección ortográfica. Ser capaz de emitir comunicaciones

| | |
|---|---|
| <p>textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.</p> <p>i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.</p> <p>j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de las demás personas, así como el patrimonio artístico y cultural.</p> <p>k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado, la empatía y el respeto hacia los seres vivos, especialmente los animales, y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.</p> <p>l) Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación.</p> | <p>verbales con naturalidad en las actividades expresivas.</p> <p>Comunicar sentimientos, ideas, opiniones acerca de su actividad física y de los demás en una segunda lengua.</p> <p>Conocer, valorar y practicar algunos de los principales deportes practicados en nuestra sociedad.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conocer los principales músculos y articulaciones del cuerpo y su función. • Conocer y desarrollar hábitos de cuidado y mejora de la condición física. • Conocer y desarrollar hábitos de cuidado y mejora de la actitud corporal. • Conocer y desarrollar hábitos de cuidado de la alimentación, así como de la higiene corporal tras el ejercicio físico. • Ser capaz de trabajar y jugar con naturalidad con personas de igual y distinto sexo. • Conocer, valorar y respetar el propio patrimonio (entorno) natural, valorando sus posibilidades deportivas. <p>Disfrutar del mimo y del juego dramático tanto en el papel de participante como en el de espectador.</p> |
|---|---|

En **BACHILLERATO** esta es la contribución a la consecución de los objetivos:

| OBJETIVOS ETAPA | OBJETIVOS ESPECÍFICOS |
|--|---|
| <p>a) Ejercer la ciudadanía democrática, desde una perspectiva global, y adquirir una conciencia cívica responsable, inspirada por los valores de la Constitución española así como por los derechos humanos, que fomente la corresponsabilidad en la construcción de una sociedad justa y equitativa.</p> <p>b) Consolidar una madurez personal, afectivo-sexual y social que les permita actuar de forma respetuosa, responsable y autónoma y desarrollar su espíritu crítico. Prever, detectar y resolver pacíficamente los conflictos personales, familiares y</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Aprender a trabajar y jugar en pequeños grupos. <ul style="list-style-type: none"> • Aprender a trabajar y jugar en el gran grupo de clase • Asumir la diversidad de características y capacidades personales y deportivas, incluidas las propias y las derivadas de la diferencia de género Desarrollar la capacidad de implicarse en el trabajo físico individual y colectivo conciliando la búsqueda del resultado y la práctica gratificante. |

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 la historia e impulsar 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 o cualquier otra condición o circunstancia personal o 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**, tanto en su expresión oral como escrita, la **lengua castellana** y, en su caso, la lenguacooficial de su Comunidad Autónoma.

f) **Expresarse** con fluidez y corrección **en** una o más **lenguas extranjeras**.

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

h) Conocer y valorar críticamente las **realidades del mundo contemporáneo**, sus antecedentes históricos y los principales factores de su evolución. Participar de forma solidaria en el desarrollo y mejora de su entorno social.

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

j) Comprender los **elementos y procedimientos fundamentales de la investigación y de los métodos científicos**. Conocer y valorar de forma crítica la contribución de la ciencia y la tecnología en el cambio de las condiciones de vida, así como afianzarla sensibilidad y el respeto hacia el medio ambiente.

Asumir la diversidad de características y capacidades personales y deportivas, incluidas las propias y las derivadas de la diferencia de género. Conocer el trabajo de figuras femeninas con mérito deportivo.

Desarrollar hábitos de lectura comprensiva y actividad útil a la hora de trabajar los temas teóricos de la asignatura.

Desarrollar la capacidad de compresión lectora y de expresar verbal y no verbalmente los propios conocimientos, el lenguaje técnico, las emociones y sentimientos.

Realizar los puntos d y e en las lenguas estudiadas en el instituto.

Presentar trabajos en PowerPoint, realizar videos en expresión corporal y trabajar con aplicaciones de medición de esfuerzo en la asignatura.

Realizar análisis sobre el tipo de ejercicio, la alimentación y los hábitos más saludables e identificar los perjudiciales. Ser capaz de llevar a cabo entrenamientos personales y a otros con el fin de mejorar la salud.

Conocer la base teórica sobre la que se asientan los métodos de entrenamiento y utilizarla con solvencia durante las clases y fuera de ellas.

Realizar actividades en el medio natural respetando las normas de seguridad y el entorno.

Aprender la evolución en los entrenamientos personales y descubrir los últimos métodos de entrenamiento para la salud y el aprendizaje en las distintas unidades didácticas.

| | |
|--|---|
| <p>k) Afianzar el espíritu emprendedor con actitudes de creatividad, flexibilidad, iniciativa, trabajo en equipo, confianza en uno mismo y sentido crítico.</p> <p>l) Desarrollar la sensibilidad artística y literaria, así como el criterio estético, como fuentes de formación y enriquecimiento cultural.</p> <p>m) Utilizar la educación física y el deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Afianzar los hábitos de actividades físico-deportivas para favorecer el bienestar físico y mental, así como medio de desarrollo personal y social.</p> <p>n) Afianzar actitudes de respeto y prevención en el ámbito de la movilidad segura y saludable.</p> <p>o) Fomentar una actitud responsable y comprometida en la lucha contra el cambio climático y en la defensa del desarrollo sostenible.</p> | <p>Participar en las actividades colectivas deportivas y expresivas tomando decisiones y llevándolas a la práctica. Valorar las necesidades colectivas en cada deporte y actividad y tomar parte en su resolución.</p> <p>Disfrutar de la expresión corporal tanto en el papel de participante como en el de espectador.</p> <p>Utilizar los conocimientos adquiridos en las clases de Educación Física para diseñar planes de entrenamiento a realizar en nuestro tiempo libre.</p> <p>Utilizar la bicicleta y medios de movilidad saludables en los desplazamientos, respetando las normas.</p> <p>Realizar actividades en el medio natural respetando el entorno y las normas de seguridad cuando estemos en él.</p> |
|--|---|

1. CONTENIDOS, SABERES. ORGANIZACIÓN.

La necesidad de agrupar los contenidos en unidades didácticas, impartiendo condición física en el primer y tercer trimestre, pero manteniendo una sesión durante todo el curso para dar continuidad al trabajo, sin olvidar los conocimientos teóricos que debemos trabajar con el alumnado, para que puedan aplicar en un futuro los saberes adquiridos, nos hace priorizar la secuenciación de los mismos, que variarán en algunos momentos por la climatología, actividades extraescolares o aspectos que a priori no se pueden programar.

En las programaciones didácticas de Secundaria tomaremos como referencia el decreto 65/2022, de 20 de julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establecen para la Comunidad de Madrid la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria. Para 1º de Bachillerato se seguirá el decreto 64/2022, de 20 de julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establecen para la Comunidad de Madrid la ordenación y el currículo de Bachillerato.

A. Vida activa y saludable: modalidades de atletismo, carrera de velocidad, salto de longitud y lanzamiento de jabalina adaptado.

- Salud física:
 - Tasa mínima de actividad física diaria y semanal.
 - Adecuación de volumen y a 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 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: variables que deben de tener en cuenta en la práctica de actividades.

- Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.
- 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).

C. Resolución de problemas en situaciones motrices: combas y gimnasia artística I

- 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.
- 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: deportes de equipo (balonmano, bádminton y unihockey) .

- 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: ritmo y expresión.

- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.
- 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.
- 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: senderismo y orientación.

- Normas de uso: respeto a las normas viales en 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. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (parkour, skate o similares).
- 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.

2º ESO

A. Vida activa y saludable: modalidades de atletismo, carrera de velocidad, triple salto y lanzamiento de disco adaptado.

- Salud física:
 - Tasa mínima de actividad física diaria y semanal.
 - Adecuación de volumen y a 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 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: variables que deben de tener en cuenta en la práctica de actividades. Primeros auxilios.

- Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.
- 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).

C. Resolución de problemas en situaciones motrices: gimnasia artística II, judo I

- 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.
- 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: deportes de equipo (balonmano, fútbol sala, futvoley y unihockey) .

- 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: acrosport I, danza y petanca.

- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.
- 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.
- 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: escalada, parkour.

- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.
- 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.

- 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.

3º ESO

A. Vida activa y saludable: atletismo (salto de altura y relevos)

- 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).
- 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 (vórtex, anorexia, bulimia y otros).
- Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.

B. Organización y gestión de la actividad física. Periodización del entrenamiento y necesidad de descanso entre actividades.

- 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/as de realización.
- 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 Heinrich, señales de ictus y similares).

C. Resolución de problemas en situaciones motrices: **baloncesto y bádminton.**

- 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 resolvérla 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. **Ultimate y futbaseball.**

- 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: **Bailes de salón, danzas del mundo, expresión corporal.**

- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como señas 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. **Carreras de orientación con plano.**

- 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).
- 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.
- 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 urbanos.

4º ESO

A. Vida activa y saludable: modalidades de atletismo (lanzamiento de peso). Desarrollo de las capacidades condicionales y coordinativas.

- 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).
 - 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. Realización de calentamientos específicos autónomos, stretching para mejorar la educación postural. Circuitos de calistenia.

- 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/as de realización.
- 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) osemiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar. Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heinlich, señales de ictus y similares).

C. Resolución de problemas en situaciones motrices: *judo II y lanzamiento de peso.*

- 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. *Rugby, fútbol sala II, balonmano II*

- 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: Bailes de salón, acrosport con coreografía de aerobic.

- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como señas 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: orientación y escalada.

- 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).
- 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.
- 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 urbanos.

1º BACHILLERATO

A. Vida activa y saludable: condición física: cualidades físicas y motrices, sistemas de entrenamiento.

- Salud física:
 - Planificar y poner en práctica un programa de actividad para mejorar o mantener la salud aplicando distintos sistemas de entrenamiento y desarrollando las capacidades físicas según intereses personales.
 - Autorregular y dosificar el esfuerzo.
 - Prevenir lesiones en la práctica de ejercicio y aplicar primeros auxilios ante situaciones de emergencia.
 - Emplear dispositivos digitales para gestionar nuestro nivel de actividad.
- Salud social:
 - Ser crítico ante los estereotipos sociales a nivel corporal y aplicar criterios científicos y objetivos.
- Salud mental:
 - Liberación del stress mediante técnicas de relajación y respiración.
 - Reconocer los trastornos vinculados a la imagen corporal: anorexia, bulimia, vigorexia...

B. Organización y gestión de la actividad física: realización de ligas de fútbol, baloncesto y voleibol en los recreos. Gimkana solidaria.

- Elección de la práctica física.
- Preparación de la práctica motriz.
- Planificación y autorregulación de proyectos motores.
- Gestión de la seguridad antes, durante y después de la actividad física y deportiva.

C. Resolución de problemas en situaciones motrices: bádminton, goadball y voleibol sentado.

- Toma de decisiones
- Uso eficiente de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad.
- Procesos de creatividad motriz: acciones individuales, cooperativas, de oposición y decolaboración-oposición.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices: baloncesto, voleibol y fútbol sala.

- Regulación de la respuesta emocional ante situaciones derivadas de la práctica de actividad física y deportiva.
- Desarrollo de las habilidades sociales y el fomento de las relaciones constructivas, libres de discriminación y violencia, entre los participantes en este tipo de contextos motrices.

E. Manifestaciones de la cultura motriz: petanca, bailes latinos y coreografías con base musical.

- Conocimiento de la cultura motriz tradicional, la cultura artístico-expresiva contemporánea, y el deporte como manifestación cultural, profundizando en la perspectiva de género y en los factores que lo condicionan.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno: carreras de orientación con brújula.

- interacción con el medio natural y urbano, puede abordarse desde una triple vertiente:
 - el uso y disfrute del medio desde la motricidad y la sensorialidad
 - la responsabilidad en su conservación desde una visión de sostenibilidad
 - su carácter compartido desde una perspectiva comunitaria del entorno.

5. COMPETENCIAS CLAVE

DESCRIPCIÓN DEL MODELO COMPETENCIAL

Las competencias representan un grupo de conocimientos, habilidades y actitudes, valores éticos y emociones, transferibles y multifuncionales. Son competencias que toda persona necesita para su desarrollo y satisfacción personal, integración y empleo. Suponen un concepto moderno de aprendizaje, en el que se pretende transformar una enseñanza basada en la adquisición de conocimientos a un aprendizaje basado en la capacidad de resolver situaciones, utilizando para ello, metodologías de aula activas acordes con las necesidades de la ciudadanía del siglo XXI.

Estas son las competencias que deben marcar nuestra labor docente:

| COMPETENCIA S CLAVE | HACEN REFERENCIA A SABER | SABER HACER | SABER SER |
|--|--|--|---|
| Competencia en comunicación lingüística (Literacy) | Identificar, comprender y expresar ideas, opiniones y sentimientos, tanto oralmente como por escrito, a través de soportes audiovisuales y | Comprender el sentido de los textos escritos y orales. • Expresarse oralmente con | Mantener una actitud favorable hacia la lectura de textos referidos a nuestra materia. Respetar las |

| | | | |
|--|---|---|--|
| competence) | <p>multimodales en diferentes contextos y con distintos fines.</p> <p>El aprendizaje y práctica de la Educación Física precisa de intercambios comunicativos que favorezcan la transmisión de información de manera eficaz, contribuyendo a su vez a la adquisición del vocabulario propio del área. Entrenar los descriptores indicados nos garantiza una mayor comprensión por parte del alumnado, esto nos lleva a un conocimiento profundo y a adquirir con gran destreza aquello que nos proponemos.</p> | <p>corrección, adecuación y coherencia.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Respetar las normas de comunicación en cualquier contexto: turno de palabra, escucha atenta al interlocutor... • Manejar elementos de comunicación no verbal, o en diferentes registros en las diversas situaciones comunicativas. | <p>normas de comunicación en cualquier contexto: turno de palabra, escuchar atentamente.</p> |
| Competencia plurilingüe (Multilingual competence) | <p>.</p> <p>Se trata de manejar diversas lenguas correcta y eficientemente para el aprendizaje y la comunicación.</p> | <p>Mantener conversaciones en otras lenguas sobre temas cotidianos en distintos contextos.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Producir textos escritos de diversa complejidad para su uso en situaciones cotidianas o de asignaturas diversas. • Utilizar los conocimientos sobre la lengua para buscar información y leer textos en cualquier situación. | <p>Mantener una actitud favorable hacia la lectura de textos referidos a nuestra materia.</p> <p>Respetar las normas de comunicación en cualquier contexto: turno de palabra, escuchar atentamente</p> |
| Competencia matemática, ciencia y Tecnología (STEM) | <p>Comprender y transformar el entorno de un modo comprometido, responsable y sostenible usando el método científico, el pensamiento matemático, la tecnología y las técnicas de ingeniería.</p> <p>El aprendizaje de la Educación Física va a contribuir al desarrollo de esta competencia en la</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Desarrollar y promover hábitos de vida saludable en cuanto a la alimentación y al ejercicio físico. • Generar criterios personales sobre la visión social sobre la estética del cuerpo humano frente al | <p>Respetar y aceptar la realidad que marcan los datos numéricos objetivos.</p> <p>Valorar la posibilidad de acceso a las diversas tecnologías y</p> |

| | | | |
|-----------------------------------|--|--|--|
| | <p>medida en que contextualiza la resolución de problemas en situaciones cotidianas. Las situaciones que plantea, pueden desarrollarse con la realización de cálculos, la utilización de números, interpretando informaciones, datos, argumentaciones y realizando razonamientos de lógica matemática sobre orden, secuencias, cantidades, distancias... Además, la adquisición de hábitos saludables por medio de la práctica física y la posibilidad de su realización en el entorno natural, hacen de la Educación Física un elemento fundamental para el tratamiento de esta competencia.</p> | <p>cuidado saludable.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reconocer la importancia de la ciencia en nuestra vida cotidiana. • Interactuar con el entorno natural de manera respetuosa. • Manejar los conocimientos sobre ciencia y tecnología para solucionar problemas, comprender lo que ocurre a nuestro alrededor y responder preguntas. • Aplicar estrategias de resolución de problemas a situaciones de la vida cotidiana. | <p>materiales para la actividad física de forma crítica.</p> |
| <p>Competencia digital</p> | <p>. Hacer un uso seguro y responsable de las nuevas tecnologías de la información y la comunicación, tanto en el ámbito educativo como en el laboral y social. La Educación Física favorece el desarrollo de una actitud crítica hacia los mensajes y estereotipos referidos al cuerpo y su imagen, procedentes de los medios de comunicación de masas y de las redes sociales. A su vez, el uso de aparatos tecnológicos para medir diferentes variables asociadas a la práctica deportiva y la búsqueda de información a través de medios digitales, permitirá el desarrollo de los siguientes descriptores competenciales:</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Emplear distintas fuentes para la búsqueda de información. • Seleccionar el uso de las distintas fuentes según su fiabilidad. • Elaborar información propia derivada de información obtenida a través de medios tecnológicos. • Comprender los mensajes vienen de los medios de comunicación. • Utilizar distintos canales de comunicación audiovisual para transmitir informaciones diversas. • Manejar herramientas digitales para la construcción de conocimiento. | <p>Tener una actitud crítica, activa y realista hacia los medios tecnológicos. Valorar la aportación de los medios tecnológicos en la ruptura de los hábitos sedentarios y la comunicación entre personas.</p> |

| | | | |
|---|--|--|--|
| | | <ul style="list-style-type: none"> Actualizar el uso de las nuevas tecnologías para mejorar el trabajo y facilitar la vida diaria. | |
| Competencia personal, social y de aprender a aprender: | <p>Reflexionar sobre uno mismo, cooperar e interactuar con la gente de nuestro alrededor y favorecer la capacidad de aprendizaje y crecimiento personal a lo largo de la vida, es una de las competencias clave de la LOMLOE.</p> <p>La actividad física propia de esta área favorece la construcción del autoconcepto por medio de la aceptación de las propias posibilidades y carencias, partiendo del aprendizaje motor para su transferencia a actividades motrices más complejas.</p> <p>El establecimiento de metas alcanzables, cuya consecución generará autoconfianza, ayudará a fortalecer un equilibrio emocional en el alumno que favorezca el desarrollo de herramientas para estimular el pensamiento y la planificación y evaluación de sus propios aprendizajes por medio de la meta. cognición</p> | <p>Identificar potencialidades personales como aprendiz: estilos de aprendizaje, inteligencias múltiples, funciones ejecutivas...</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionar los recursos y motivaciones personales a favor del aprendizaje. • Generar estrategias para aprender en distintos contextos de aprendizaje. • Aplicar estrategias para la mejora del pensamiento creativo, crítico, emocional, interdependiente ... • Seguir los pasos establecidos y tomar decisiones sobre los pasos siguientes en función de los resultados intermedios. • Evaluar la consecución de objetivos de aprendizaje. • Tomar conciencia de los procesos de aprendizaje. | <p>Tolerante ante las diferencias físicas o culturales</p> <p>Valorar a todas las personas por serlo, no por sus características.</p> <p>Ser abierto y sensible a las realidades de la comunidad que te rodea.</p> <p>Saber escuchar los deseos y necesidades de aprendizaje propias y ajenas.</p> <p>Saber ser protagonista del propio aprendizaje.</p> |
| Competencia ciudadana | <p>Participar de un modo activo, responsable y cívico en el desarrollo de la sociedad, además de fomentar una ciudadanía mundial y adquirir un compromiso con la sostenibilidad.</p> | <p>Aplicar derechos y deberes de la convivencia ciudadana en el contexto de la escuela.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desarrollar capacidad de diálogo con los | <p>Criticar los fenómenos sociales que generen actitudes contrarias a la dignidad humana.</p> |

| | | | |
|--|--|---|---|
| | <p>Esta área contribuirá a la reflexión crítica acerca de fenómenos sociales como el deporte-espectáculo que, en ocasiones puede generar situaciones de violencia o contrarias a la dignidad humana así como el acercamiento al deporte popular como medio para desarrollar el asociacionismo y las iniciativas ciudadanas.</p> | <p>demás en situaciones de convivencia y trabajo y para la resolución de conflictos.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mostrar disponibilidad para la participación activa en ámbitos de participación establecidos • Concebir una escala de valores propia y actuar conforme a ella. • Reconocer riqueza en la diversidad de opiniones e ideas. • Evidenciar preocupación por los más desfavorecidos y respeto a los distintos ritmos y potencialidades. • Involucrarse o promover acciones con un fin social. | <p>Desarrollar el asociacionismo . Apoyar las iniciativas de los distintos sectores ciudadanos.</p> |
| <p>Competencia emprendedora</p> | <p>La capacidad de identificar y utilizar los conocimientos adquiridos anteriormente para idear procesos que contribuyan a alcanzar unos objetivos pre establecidos o aportar valor añadido a algo. Tener creatividad e iniciativa. Pasar de las ideas a la acción. Contribuye a fomentar la autonomía e iniciativa personal en la medida en que se utilizan procedimientos que exigen planificar, evaluar distintas posibilidades y tomar decisiones. El liderazgo a la hora de contagiar entusiasmo o delegar funciones en los compañeros será la clave a la hora de desarrollar actividades de equipo. Las situaciones deportivas llevarán al alumno a tomar decisiones en las que la</p> | <p>Asumir las responsabilidades encomendadas y darcuenta de ellas.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionar el trabajo del grupo coordinando tareas y tiempos. • Ser constante en el trabajo, superando las dificultades. • Gestionar el trabajo del grupo, coordinando tareas y tiempos. • Priorizar la consecución de objetivos grupales sobre los intereses personales. • Dirimir la necesidad de ayuda en función de la dificultad de la tarea. | <p>Escuchar los deseos propios y ajenos y ponerlos en práctica adaptándose a las circunstancias de forma crítica.</p> |

| | | | |
|---|--|---|--|
| | <p>asunción de riesgos y la aceptación de responsabilidades será inevitable.</p> | <ul style="list-style-type: none"> Mostrar iniciativa personal para iniciar o promover acciones nuevas. | |
| <p>Competencia conciencia y expresión culturales</p> | <p>Tener una actitud crítica, positiva, respetuosa y abierta al diálogo ante las diferentes manifestaciones culturales y artísticas que existen. Por medio de la Educación Física el alumnado se acerca puede explorar y utilizar su propio cuerpo y su movimiento como medio para la expresión de ideas o sentimientos de manera creativa. Además, aprende a apreciar manifestaciones culturales y artísticas en general y a la visión que se ha tenido de ellas o de conceptos como la estética o la belleza a través de las diferentes culturas y religiones.</p> | <p>Valorar la interculturalidad como una fuente de riqueza personal y cultural.</p> <ul style="list-style-type: none"> Apreciar la belleza de las expresiones artísticas y las manifestaciones de creatividad y gusto por la estética en el ámbito cotidiano. Elaborar trabajos y presentaciones con sentido estético. Mostrar respeto hacia el patrimonio cultural mundial en sus distintas vertientes (artístico-literaria, etnográfica, científico-técnica...), y hacia las personas que han contribuido a su desarrollo. | <p>Tolerante y abierto a otras culturas. Valorar a las personas por lo que son y no por sus capacidades.</p> |

INTERDISCIPLINARIEDAD

Aunque las competencias clave tienen mucho de contenido interdisciplinar se sigue manteniendo este apartado por ser un punto más de concreción dentro del componente de globalidad que debe imperar en la enseñanza.

Superado el dualismo platónico cuerpo-alma y reconociendo que parcelamos la realidad como estrategia didáctica, a continuación exponemos las conexiones entre los contenidos de nuestra materia y el resto de las que forman el currículo; no en vano todas ellas contribuyen conjuntamente a la consecución de los objetivos de la etapa ya mencionados.

| ASIGNATURAS | CONTENIDOS INTERDISCIPLINARES |
|---------------------------|--|
| CIENCIAS DE LA NATURALEZA | <ul style="list-style-type: none"> - El cuerpo humano - Actividad física y salud - Actividades en la naturaleza: orientación, senderismo. - Historia de los deportes |

| | |
|-------------------|---|
| CIENCIAS SOCIALES | - Juegos y deportes tradicionales C. de Madrid - Uso de mapas - El tiempo y el ritmo - El movimiento expresivo - Obtención de información de internet - Elaboración correcta de trabajos - Visualización de vídeos - Cálculo de distancias, tiempos. - Cálculo de porcentajes - Recuento de la Frecuencia cardiaca |
| MÚSICA | - |
| TECNOLOGÍA | - Obtención de información de internet - Elaboración correcta de trabajos - Visualización de vídeos - Cálculo de distancias, tiempos. |
| MATEMÁTICAS | - Cálculo de porcentajes - Recuento de la Frecuencia cardiaca |
| LENGUA EXTRANJERA | - Utilización de términos anglosajones dentro de los contenidos. Por ejemplo, jumping, beats, stretching... |
| LENGUA CASTELLANA | - El lenguaje no verbal |
| YLITERATURA | - Lecturas y resúmenes de artículos de la materia |
| EDUCACIÓ N | - Presentación de los trabajos, cuaderno |
| PLÁSTICA YVISUAL | - Dibujos de músculos - Elaboración de planos - Dibujos en los calentamientos. |

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

Se definen como **objetivos competenciales de etapa**, son el QUÉ (infinitivo), CÓMO (gerundio, a través de..) y PARA QUÉ (para + infinitivo). Van acompañadas de una explicación que matiza y completa su enunciado y se han elaborado teniendo en cuenta:

- Marcos de referencia europeos
- Anteriores reales decretos de enseñanzas mínimas
- Currículos de Comunidades Autónomas
- Currículos de otros países de nuestro entorno
- Aportaciones de colectivos, etc.

En el siguiente cuadro concretaremos como intentaremos conseguir los **aprendizajes esenciales**:

| COMPETENCIAS ESPECÍFICAS | HACEN REFERENCIA A | DESCRIPTORES DEL PERFIL DE SALIDA | SABERES BÁSICOS |
|--|---|---|--|
| Adoptar un estilo de vida activo y saludable | La participación activa, la alimentación saludable, la movilidad activa, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, los comportamientos antisociales, malos hábitos, lucha contra el sedentarismo y la enfermedad hipocinética | CCL3 STEM2 STEM5 CD4 CPSAA2 CPSAA4 | Vida activa y saludable |
| Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las | Tomar decisiones, definir metas, elaborar planes, secuenciar | CPSAA4 CPSSA5 CE2 | Organización y gestión de la actividad física. |

| | | | |
|--|--|---|---|
| capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices. | acciones, ejecutar lo planificado, analizar que ocurre, cambiar de estrategia y valorar el resultado en distintos contextos con/sin incertidumbre. | CE3 | Resolución de problemas en situaciones motrices. |
| Compartir espacios de práctica físico deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad. | Las capacidades volitivas para conseguir metas personales o de equipo con esfuerzo y perseverancia para afrontar retos, identificar emociones y sentimientos, tolerando la frustración. | CCL5 CPSAA1 CPSAA3 CPSAA5 CC3 | Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. |
| Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz | Consolidar la identidad propia aprovechando las posibilidades y recursos expresivos del cuerpo y el movimiento, analizando el deporte desde distintas perspectivas para contextualizarlo en la sociedad actual | CC2, CC3 CCEC1 CCEC1, CCEC3CCEC4 | Manifestaciones de la cultura motriz. |
| Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable | Respetar el medio ambiente para contribuir a la sostenibilidad del planeta, conservando mediante las actividades físico-deportivas el medio natural y urbano. | STEM5, CC4 CE1 CE3 | Interacción eficiente y sostenible con el entorno. |

5. OBJETIVOS, COMPETENCIAS CLAVE, COMPETENCIA ESPECÍFICA, CRITERIOS DE EVALUACIÓN, SITUACIÓN DE APRENDIZAJE, CRITERIOS DE CALIFICACIÓN Y DESCRIPTORES O PERFILES DE SALIDA POR CURSOS.

1º y 2º DE EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA

| OBJETIVOS | COMPETENCIAS CLAVE | COMPETENCIA ESPECÍFICA | CRITERIOS DE EVALUACIÓN | SITUACIONES DE APRENDIZAJE | CRITERIOS CALIFICACIÓN. | DESCRIPTORES DE SALIDA |
|---|---|--|--|---|--|--|
| <p>b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.</p> <p>c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar la</p> | <p>a) Competencia en comunicación lingüística.</p> <p>c) Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.</p> <p>d) Competencia digital.</p> <p>e) Competencia personal, social y de aprender a aprender.</p> <p>g) Competencia emprendedora.</p> | <p>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</p> | <p>1.1 Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física orientadas 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.</p> <p>1.2 Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable,</p> | <p>CF Y SALUD (PRÁCTICA)</p> <p>1. Test de Condición física.</p> <p>2. El calentamiento general.</p> <p>3. El pulso cardíaco. Pulso saludable, enfermo, en reposo y curiosidades.</p> <p>4. Cualidades físicas y trabajo diario y semanal en volumen e intensidad. Prevención de las agujetas</p> | <p>En cuanto a los criterios de calificación, para que puedan ser aplicados, el alumnado deberá puntuar positivamente en todos los apartados, no pudiendo aplicar la media si uno de ellos es abandonado y no realizado, puntuando negativamente.</p> <p>PARTE PRÁCTICA (en función del</p> | <p>CCL3</p> <p>STEM2</p> <p>CD4</p> <p>CPSAA2</p> <p>CPSAA04</p> |

| | | | | | | |
|--|--|---|--|--|---|--|
| <p>discriminación de las personas por razón de sexo o por cualquier otra condición o circunstancia personal o social. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.</p> <p>d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con las demás personas, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver</p> | | <p>del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.</p> | <p>educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable</p> <p>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. 1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física,</p> | | <p>contenido trabajado en el trimestre)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Test físicos - Circuitos técnicos. - Situaciones juego real. <p>El porcentaje a aplicar en esta parte de la asignatura es del</p> <p>70%</p> <p>(Las pruebas prácticas harán media entre ellas y después se les aplicará el porcentaje).</p> <p>TEORÍA</p> <ul style="list-style-type: none"> -Trabajos teóricos. - Pruebas escritas. <p>El porcentaje a aplicar es 10% Actitud</p> | |
|--|--|---|--|--|---|--|

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|---|
| <p>pacíficamente los conflictos.</p> <p>e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Adquirir una preparación básica en el campo de las tecnologías, especialmente las de la información y la comunicación. 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</p> | | <p>aplicando medidas básicas de primeros auxilios.</p> <p>1.5 Reconocer y admitir la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.</p> <p>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</p> | <p>1.6 Conocer y 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.</p> <p>2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo</p> | <p>- Cumplimiento de las normas.</p> <p>- Puntualidad en las llegadas y en las fechas de entrega de las tareas.</p> <p>- Respeto.</p> <p>- Capacidad de esfuerzo.</p> <p>- Colaboración.</p> <p>El porcentaje a aplicar es del 20% (En función de las características del grupo y sus necesidades, cada docente dará el peso que estime oportuno a cada subapartado)</p> | <p>CPSAA 4</p> <p>CPSAA 5CE2</p> <p>CE3</p> |
|--|--|--|--|--|---|

| | | | | | |
|---|--|---|--|--|---|
| <p>decisiones y asumir responsabilidades. k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio</p> | | <p>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.</p> | <p>estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.</p> <p>2.2 Participar de forma activa y apropiada en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas apartir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero y del oponente (si la hubiera) y a</p> | | <p>CL5 CPSAA 1 CPSAA 3 CPSAA 5CC3</p> |
|---|--|---|--|--|---|

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|
| <p>ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.</p> | <p>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 comportamiento antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos que canalicen el fracaso y el éxito</p> | <p>la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación.</p> <p>2.3 Demostrar interés por la adquisición de 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.</p> <p>3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las</p> | | | |
|--|--|--|--|--|--|

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | | | |
| | | <p>en estas situaciones.</p> <p>implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.</p> <p>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.</p> <p>3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales y diálogo en la resolución de conflictos y respeto</p> | | |

| | | | | | | |
|--|--|---|--|---|--|--|
| <p>b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.</p> <p>c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos.</p> <p>Rechazar la discriminación de las personas por razón de sexo o por cualquier otra condición o circunstancia personal o social.</p> <p>Rechazar los estereotipos</p> | <p>a) Competencia en comunicación lingüística.</p> <p>c) Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología</p> <p>d) Competencia digital.</p> <p>e) Competencia personal, social y de aprender a aprender.</p> <p>g) Competencia emprendedora.</p> | <p>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.</p> | <p>ante la diversidad</p> <p>1.1 Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física orientadas 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.</p> <p>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</p> | <p>CF Y SALUD (TEÓRICA)</p> <p>El calentamiento general. El pulso cardíaco. Pulso saludable, enfermo, en reposo y curiosidades.</p> <p>Cualidades físicas y trabajo diario y semanal en volumen e intensidad. Prevención de las agujetas.</p> <p>Recomendaciones de hábitos saludables en la actividad física y en la vida cotidiana.</p> <p>Nutrición. Consejos básicos. Gasto calórico por actividad física. Hidratación en el ejercicio. Vigorexia y Ortorexia.</p> | <p>En cuanto a los criterios de calificación, para que puedan ser aplicados, el alumnado deberá puntuar positivamente en todos los apartados, no pudiendo aplicar la media si uno de ellos es abandonado y no realizado, puntuando negativamente.</p> <p>PARTE PRÁCTICA (en función del contenido trabajado en el trimestre)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Test físicos. - Circuitos técnicos. - Situaciones de juego real. | <p>CCL3</p> <p>STEM2</p> <p>CD4</p> <p>CPSAA2</p> <p>CPSAA04</p> |
|--|--|---|--|---|--|--|

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|-------------------------------|
| <p>s que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.</p> <p>e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Adquirir una preparación básica en el campo de las tecnologías, especialmente las de la información y la comunicación.</p> <p>f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura</p> | | <p>responsable.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>1.5 Reconocer y admitir la incidencia que ciertas prácticas y comportamiento</p> | <p>Respiración y relajación.</p> <p>Actitud postural en posiciones cotidianas. Calzado y ejercicio.</p> <p>Senderismo y orientación básica por señales naturales y con plano.</p> <p>Las cualidades motrices implicadas en las actividades físicas</p> <p>Consejos básicos de seguridad vial para peatones y ciclistas. Primeros auxilios en actividades deportivas.</p> | <p>El porcentaje a aplicar en esta parte de la asignatura es del 70%</p> <p>(Las pruebas prácticas harán media entre ellas y después se les aplicará el porcentaje).</p> <p>TEORÍA</p> <ul style="list-style-type: none"> -Trabajos teóricos. - Pruebas escritas. <p>El porcentaje a aplicar es del 10%</p> <p>ACTITUD</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cumplimiento de las normas. - Puntualidad en las llegadas y en las fechas de entrega de las tareas. | <p>CPSAA 4 CPSAA 5CE2 CE3</p> |
|--|--|--|--|--|-------------------------------|

| | | | | | | |
|---|--|---|--|--|---|--|
| <p>en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia</p> <p>h) Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.</p> <p>i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada (3º y 4º ESO)</p> | | <p>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</p> | <p>entes tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.</p> <p>1.6 Conocer y 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.</p> <p>2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de</p> | | <p>- Respeto. - Capacidad de esfuerzo. - Colaboración.</p> <p>El porcentaje a aplicar es del 20%</p> <p>(En función de las características del grupo y sus necesidades, cada docente dará el peso que estime oportuno a cada subapartado)</p> | |
|---|--|---|--|--|---|--|

| | | | | | |
|---|---------------------------------|---|---|--|--|
| <p>j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de los demás, así como el patrimonio artístico y cultural.</p> <p>k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social.</p> <p>Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar</p> | <p>3. Compartir espacios de</p> | <p>actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p> | <p>autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.</p> <p>2.2 participar de forma activa y apropiada en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas apartir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero y del oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación.</p> <p>2.3 Demostrar interés por</p> | | <p>CCL5 CPSAA 1 CPSAA 3 CPSAA 5CC3</p> |
|---|---------------------------------|---|---|--|--|

| | | | | |
|--|--|---|--|--|
| <p>críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.</p> | <p>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 que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones.</p> | <p>la adquisición de 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.</p> | <p>3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, actuando con deportividad al asumir los roles de</p> | |
|--|--|---|--|--|

| | | | | | | |
|---|--|---|--|--|--|--|
| <p>a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a los demás, practicar la</p> | <p>a) Competencia en comunicación lingüística.</p> <p>e) Competencia personal, social y de</p> | <p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividad</p> | <p>público, participante u otros.</p> <p>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.</p> <p>3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales y diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad.</p> | <p>DEPORTES DE INVASIÓN</p> <p>- BALONMANO</p> <p>- UNIHOCKEY</p> | <p>En cuanto a los criterios de calificación, para que puedan ser aplicados, el alumnado</p> | <p>CCL3 STEM2 STEM5 CD4 CPSAA2 CPSAA04</p> |
|---|--|---|--|--|--|--|

| | | | | | |
|---|---|--|--|---|--|
| <p>tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos y la igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y hombres, como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.</p> <p>b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje</p> | <p>aprender a aprender.</p> <p>f) Competencia ciudadana</p> <p>g) Competencia emprendedora.</p> | <p>s 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.</p> | <p>estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal.</p> <p>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</p> <p>1.3 Adoptar de manera responsable con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y</p> | <p>deberá puntuar positivamente en todos los apartados, no pudiendo aplicar la media si uno de ellos es abandonado y no realizado, puntuando negativamente.</p> <p>PARTE PRÁCTICA (en función del contenido trabajado en el trimestre)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Test físicos. - Circuitos técnicos. - Situaciones juego real. <p>El porcentaje a aplicar en esta parte de la asignatura es del</p> <p>70%</p> <p>(Las pruebas prácticas harán</p> | |
|---|---|--|--|---|--|

| | | | | |
|---|---|---|---|--|
| <p>e y como medio de desarrollo personal.</p> <p>c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos.</p> <p>Rechazar la discriminación de las personas por razón de sexo o por cualquier otra condición o circunstancia personal o social.</p> <p>Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.</p> <p>d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus</p> | <p>2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y</p> | <p>después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. 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. 1.5 Reconocer y admitir la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.</p> <p>1.6 Conocer y explorar diferentes recursos y aplicación</p> | <p>media entre ellas y después se les aplicará el porcentaje).</p> <p>TEORÍA</p> <ul style="list-style-type: none"> -Trabajos teóricos. - Pruebas escritas. <p>El porcentaje a aplicar es del</p> <p>ACTITUD</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cumplimiento de las normas. - Puntualidad en las llegadas y en las fechas de entrega de las tareas. - Respeto. - Capacidad de esfuerzo. - Colaboración. <p>El porcentaje a</p> | <p>CPSAA 4</p> <p>CPSAA</p> <p>5CE2</p> <p>CE3</p> |
|---|---|---|---|--|

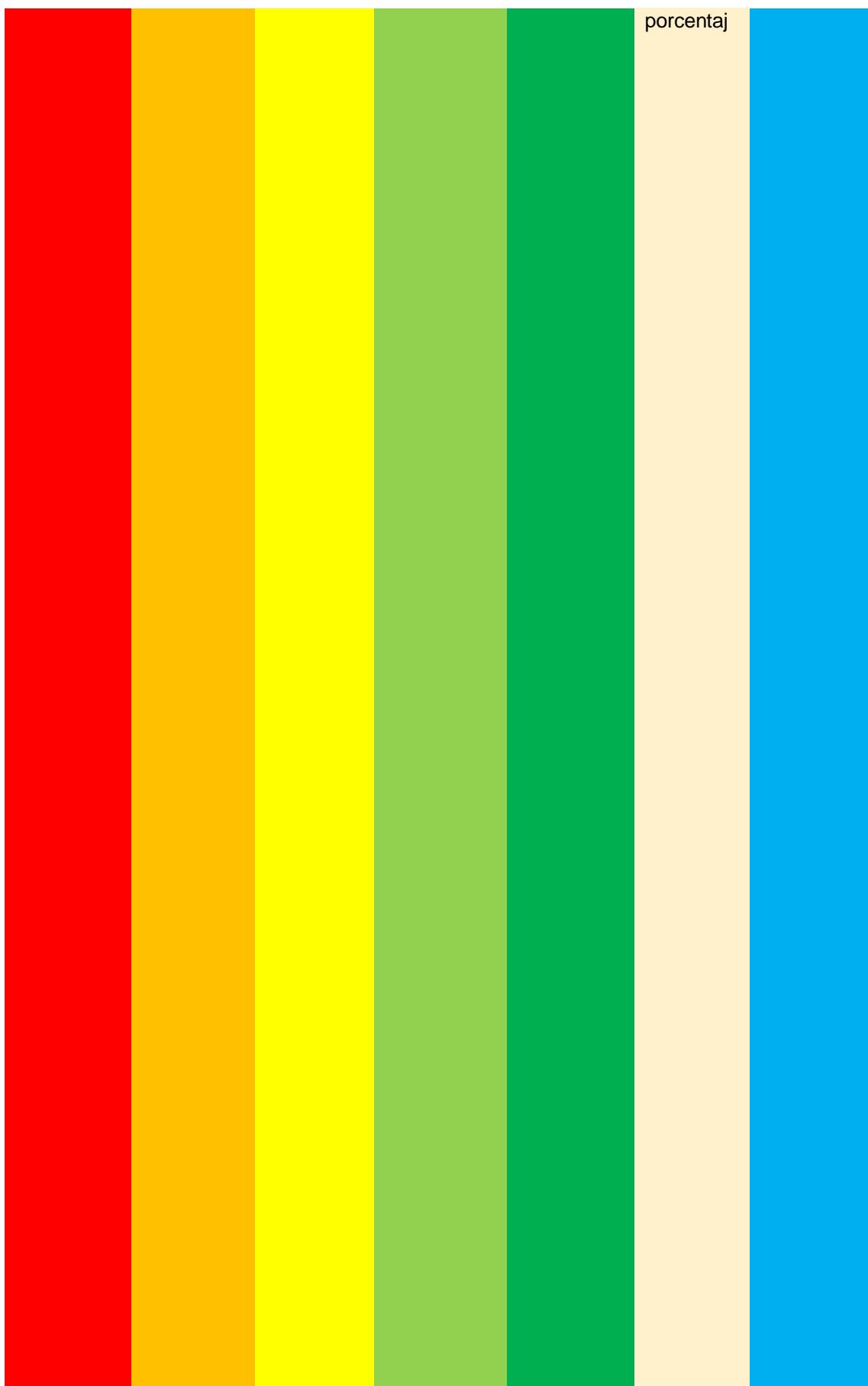
| | | | | | |
|--|--|--|--|---|--|
| <p>relaciones con los demás, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.</p> <p>g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.</p> <p>i) Comprender y expresar en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada</p> | | <p>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</p> | <p>s digitales reconociendo su potencial, así como los riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.</p> <p>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.</p> <p>2.2 participar de forma activa y apropiada en contextos motrices variados, aplicando principios</p> | <p>aplicar es del 20% (En función de las características del grupo y sus necesidades, cada docente dará el peso que estime oportuno a cada subapartado)</p> | <p>CCL5 CPSAA1 CPSAA3 CPSAA5 CC3</p> |
|--|--|--|--|---|--|

| | | | | | |
|--|--|---|--|--|--|
| <p>(3º y 4º ESO).</p> <p>k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente,</p> | | <p>enfrentarse a desafíos físicos.</p> <p>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</p> | <p>básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas apartir de la anticipación, adecuando se a las demandas motrices, a la actuación del compañero y del oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación.</p> <p>2.3 Demostrar interés por la adquisición de control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas</p> | | |
|--|--|---|--|--|--|

| | | | | |
|--|---|---|--|--|
| <p>contribuye ndo a su conservac ión y mejora.</p> | <p>sobre los resultados , adoptando una actitud crítica ante comporta mientos antideporti vos o contrarios a la convivenci a y desarrolla ndo procesos que canalicen el fracaso y el éxito en estas situacione s.</p> | <p>de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.</p> <p>3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicacion es éticas delas actitudes antideportiv as, actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.</p> <p>3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes produccione s motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma</p> | | |
|--|---|---|--|--|

| | | | | | | |
|--|---|---|---|--|--|---|
| <p>b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.</p> <p>c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y</p> | <p>a) Competencia en comunicación lingüística.</p> <p>e) Competencia personal, social y de aprender a aprender.</p> <p>g) Competencia emprendedora.</p> | <p>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</p> | <p>de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.</p> <p>3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales y diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad.</p> <p>1.1 Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física orientadas 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.</p> <p>1.2 Comenzar a incorporar con progresiva autonomía</p> | <p>DEPORTES Y ACTIVIDADES INDIVIDUALES</p> <p>DEPORTES DE RED Y MURO</p> | <p>En cuanto a los criterios de calificación, para que puedan ser aplicados, el alumnado deberá puntuar positivamente en todos los apartados, no pudiendo aplicar la media si uno de ellos es abandonado y no realizado, puntuando</p> | <p>CCL3 STEM2 STEM5 CD4 CPSAA 2 CPSAA 4</p> |
|--|---|---|---|--|--|---|

| | | | | | | |
|--|--|--|---|--|---|--|
| <p>la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos.</p> <p>Rechazar la discriminación de las personas por razón de sexo o por cualquier otra condición o circunstancia personal o social.</p> <p>Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.</p> <p>g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a</p> | | <p>de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.</p> | <p>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</p> <p>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.</p> <p>1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos</p> | | <p>negativamente.</p> <p>PARTE PRÁCTICA (en función del contenido trabajado en el trimestre)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Test físicos. - Circuitos técnicos. - Situaciones juego real. <p>El porcentaje a aplicar en esta parte de la asignatura es del 70%</p> <p>(Las pruebas prácticas harán media entre ellas y después se les aplicará el porcentaje).</p> <p>TEORÍA</p> <ul style="list-style-type: none"> -Trabajos teóricos. - Pruebas escritas. | |
|--|--|--|---|--|---|--|



| | | | | | |
|---|--|--|--|---|--------------------------------------|
| <p>aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.</p> <p>i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada (3º y 4º ESO).</p> | <p>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</p> | <p>de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios.</p> <p>1.5 Reconocer y admitir la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.</p> <p>1.6 Conocer y 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.</p> | <p>e a aplicar esdel</p> <p>10%</p> <p>ACTITUD</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cumplimiento de las normas. - Puntualidad en las llegadas y en las fechas de entrega de las tareas. - Respeto. - Capacidad de esfuerzo. - Colaboración. <p>El porcentaje a aplicar esdel</p> <p>20%</p> <p>(En función de las características del grupo y sus necesidades, cada docente dará el peso que estime oportuno</p> | <p>ACTITUD</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cumplimiento de las normas. - Puntualidad en las llegadas y en las fechas de entrega de las tareas. - Respeto. - Capacidad de esfuerzo. - Colaboración. <p>El porcentaje a aplicar esdel</p> <p>20%</p> <p>(En función de las características del grupo y sus necesidades, cada docente dará el peso que estime oportuno</p> | <p>CPSAA 4 CPSAA 5CE2 CE3</p> |
|---|--|--|--|---|--------------------------------------|

| | | | | | |
|--|--|---|--|----------------------------|--|
| | | | | | |
| | | <p>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.</p> | <p>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.</p> <p>2.2 Participar de forma activa y apropiada en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas apartir de la anticipación, adecuándos</p> | <p>a cada subapartado)</p> | <p>CCL5 CPSAA 1 CPSAA 3 CPSAA 5CC3</p> |

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | | | |
| | | <p>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</p> <p>e a las demandas motrices, a la actuación del compañero y del oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación.</p> <p>2.3 Demostrar interés por la adquisición de 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.</p> | | |

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | | | |
| | | <p>desarrollando procesos que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones.</p> <p>3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.</p> <p>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.</p> <p>3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de</p> | | |

| | | | | | | |
|--|--|---|--|---|--|---|
| <p>a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a los demás, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos y la igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y hombres, como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la</p> | <p>a) Competencia en comunicación lingüística. d) Competencia digital. e) Competencia personal, social y de aprender a aprender. f) Competencia ciudadana g) Competencia emprendedora h) Competencia en conciencia y expresión culturales.</p> | <p>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.</p> | <p>habilidades sociales y diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad.</p> | <p>RITMO Y EXPRESIÓN CORPORAL</p> <p>1.1 Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física orientadas 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.</p> <p>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</p> | <p>En cuanto a los criterios de calificación, para que puedan ser aplicados, el alumnado deberá puntuar positivamente en todos los apartados, no pudiendo aplicar la media si uno de ellos es abandonado y no realizado, puntuando negativamente.</p> <p>PARTE PRÁCTICA (en función del contenido trabajado en el trimestre)</p> | <p>CCL3 STEM2 STEM5 CD4 CPSAA2 CPSAA4</p> |
|--|--|---|--|---|--|---|

| | | | | | |
|--|--|---|--|--|---|
| <p>ciudadanía democrática.</p> | | <p>actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable</p> | | <p>- Test físicos.. - Circuitos técnicos. - Situaciones juego real.</p> | |
| <p>b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.</p> | | <p>1.3 Adoptar de manera responsable y progresivamente con 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.</p> | | <p>El porcentaje a aplicar en esta parte de la asignatura es del 70% (Las pruebas prácticas harán media entre ellas y después se les aplicará el porcentaje).</p> | |
| <p>c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos.</p> <p>Rechazar la discriminación de las personas por razón de sexo o por cualquier otra condición o circunstancia personal o social.</p> <p>Rechazar los</p> | | <p>1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de</p> | | <p>TEORÍA -Trabajos teóricos. - Pruebas escritas.</p> <p>El porcentaje a aplicar es del 10%</p> | <p>CPSAA 4 CPSAA 5CE2 CE3</p> |
| | | | | <p>ACTITUD - Cumplimiento de las normas. - Puntualidad</p> | |

| | | | | | | |
|--|--|---|---|--|---|--|
| <p>estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.</p> <p>d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.</p> <p>g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido</p> | | <p>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</p> | <p>1.5 Reconocer y admitir la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción</p> <p>1.6 Conocer y 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.</p> <p>2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para</p> | | <p>ad en las llegadas y en las fechas de entrega de las tareas.</p> <p>-</p> <p>Respeto.</p> <p>-</p> <p>Capacidad de esfuerzo.</p> <p>-</p> <p>Colaboración.</p> <p>El porcentaje a aplicar es del 20%</p> <p>(En función de las características del grupo y sus necesidades, cada docente dará el peso que estime oportuno a cada subapartado)</p> | |
|--|--|---|---|--|---|--|

| | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|
| <p>crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.</p> <p>i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada (3º y 4º ESO).</p> <p>j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de los demás, así como el patrimonio artístico y cultural.</p> <p>l) Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones</p> | <p>4.</p> <p>Practicar, analizar y valorar</p> | <p>motor vinculada scon distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p> | <p>reconducir los procesos detrabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.</p> <p>2.2 participar de forma activa y apropiada en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas apartir de la anticipación, adecuando se a las demandas motrices, a la actuación del compañero y del oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o</p> | | <p>CC2 CC3 CCEC 1 CCEC 2 CCEC 3 CCEC 4</p> |
|---|--|--|--|--|--|

| | | | | | |
|--|--|---|--|--|--|
| <p>artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación.</p> | <p>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 económicos-políticos, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades</p> | <p>simulados de actuación.</p> <p>2.3 Demostrar interés por la adquisición de 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.</p> <p>4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la</p> | | | |
|--|--|---|--|--|--|

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | |
| | | <p>s actuales.</p> <p>cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas 4.2</p> <p>Diferencias objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos. 4.3</p> <p>Participar activamente en la 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</p> | | | |

| | | | | | | |
|-------------------|----------------|-------------------------|--|----------------------------|--------------------|------|
| b) Desarrollar | a) Competen | 1. Adoptar un estilo | expresión y comunicac ión a través de diversas técnicas expresivas | ACTIVIDA DES EN | En cuanto a los | CCL3 |
|-------------------|----------------|-------------------------|--|----------------------------|--------------------|------|

| | | | | | | |
|---|--|--|---|--|--|--|
| <p>y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.</p> <p>c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar la discriminación de las personas por razón de sexo o por cualquier otra condición o circunstancia personal o social.</p> | <p>cia en comunicación lingüística.</p> <p>c) Competencia matemática y competencias básicas en ciencias y tecnología.</p> <p>e) Competencia personal, social y de aprender a aprender.</p> <p>f) Competencia ciudadana</p> <p>g) Competencia emprendedora.</p> | <p>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.</p> | <p>1.1 Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física orientadas 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.</p> <p>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</p> | <p>EL MEDIO NATURAL Y PARQUES URBANOS</p> <ul style="list-style-type: none"> - SENDERISMO - ORIENTACIÓN | <p>criterios de calificación, para que puedan ser aplicados, el alumnado deberá puntuar positivamente en todos los apartados, no pudiendo aplicar la media si uno de ellos es abandonado y no realizado, puntuando negativamente.</p> <p>PARTE PRÁCTICA (en función del contenido trabajado en el trimestre)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Test físicos. - Circuitos técnicos. | <p>STEM2</p> <p>STEM5</p> <p>CD4</p> <p>CPSAA2</p> <p>CPSAA4</p> |
|---|--|--|---|--|--|--|

| | | | | | |
|--|--|---|--|---|---|
| <p>Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.</p> <p>g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.</p> <p>i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada</p> | | <p>propias de una práctica motriz saludable y responsable.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>1.5 Reconocer y admitir la</p> | | <p>Situaciones de juego real.</p> <p>El porcentaje a aplicar en esta parte de la asignatura es del 70%</p> <p>(Las pruebas prácticas harán media entre ellas y después se les aplicará el porcentaje).</p> <p>TEORÍA</p> <ul style="list-style-type: none"> -Trabajos teóricos. - Pruebas escritas. <p>El porcentaje a aplicar es del 10%</p> <p>ACTITUD</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cumplimiento de las normas. - Puntualidad en las llegadas y en las fechas de | <p>STEM</p> <p>5CC4</p> <p>CE1</p> <p>CE3</p> |
|--|--|---|--|---|---|

| | | | | | | |
|--|--|---|---|--|--|--|
| <p>(3º y 4º ESO).</p> <p>k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente,</p> | | <p>5. Adoptar un estilo de vida sostenible y responsable aplicando medidas de seguridad, individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.</p> | <p>5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental</p> <p>1.6 Conocer y 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.</p> | | <p>incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.</p> <p>(En función de las características del grupo y sus necesidades, cada docente dará el peso que estime oportuno a cada subapartado)</p> | <p>entrega de las tareas.</p> <p>-</p> <p>- Respeto.</p> <p>-</p> <p>- Capacidad de esfuerzo.</p> <p>-</p> <p>- Colaboración.</p> <p>El porcentaje a aplicar es del 20%</p> |
|--|--|---|---|--|--|--|

| | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|
| contribuyendo a su conservación y mejora | | | que estas puedan producir y siendo consciente desde su huella ecológica. | | | |
| | | | 5.2. Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, identificando las normas de seguridad individuales y colectivas necesarias para disfrutar de una práctica segura. | | | |

3º y 4º de EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA

| OBJETIVOS | COMPETENCIAS CLAVE | COMPETENCIAS ESPECÍFICAS | CRITERIOS DE EVALUACIÓN | SITUACIÓN DE APRENDIZAJE | CRITERIOS DE CALIFICACIÓN | DESCRIPTORES PERFIL SALIDA |
|---|--|---|---|--|---|---|
| b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de | a) Competencia en comunicación lingüística. c) Competencia matemática y competencias básicas en ciencia | 1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividad física y deportivas en las rutinas | 1.1 Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física orientadas al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración | CF Y SALUD (PRÁCTICA) 1. Test de Condición física. 2. El calentamiento general. 3. El pulso cardíaco. | En cuanto a los criterios de calificación, para que puedan ser aplicados, el alumnado deberá puntuar positivamente en | CCL3 STEM2 CD4 CPSAA2 CPSAA04 |

| | | | | | |
|---|--|--|---|--|--|
| <p>las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.</p> <p>c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos.</p> <p>Rechazar la discriminación de las personas por razón de sexo o por cualquier otra condición o circunstancia personal o social.</p> <p>Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.</p> <p>e) Desarrolla destrezas básicas en la</p> | <p>y tecnología.</p> <p>d) Competencia digital.</p> <p>e) Competencia personal, social y de aprender a aprender.</p> <p>g) Competencia emprendedora.</p> | <p>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.</p> | <p>del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal.</p> <p>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.</p> <p>1.3 Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes,</p> | <p>Pulso saludable, bradicardia y taquicardia. Test de Ruffier Dickson.</p> <p>4. Cualidades Físicas: práctica de los diversos sistemas de entrenamiento.</p> <p>5. Actitud postural: práctica de Core y pilates para descargar la musculatura.</p> <p>6. Tábatas y desarrollo de la condición física.</p> | <p>todos los apartados, no pudiendo aplicar la media si uno de ellos es abandonado y no realizado, puntuando negativamente.</p> <p>PARTE PRÁCTICA (en función del contenido trabajado en el trimestre)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Test físicos. - Circuitos técnicos. - Situaciones juego real. <p>El porcentaje a aplicar en esta parte de la asignatura es del 70%</p> <p>(Las pruebas prácticas harán media entre ellas y</p> |
|---|--|--|---|--|--|

| | | | | | | |
|---|--|--|---|--|--|---|
| <p>utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Adquirir una preparación básica en el campo de las tecnologías, especialmente las de la información y la comunicación. g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.</p> <p>i) Comprender y expresarse</p> | | <p>durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. 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.</p> <p>2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas</p> | <p>1.5 Reconocer y admitir la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.</p> <p>1.6 Conocer y</p> | | <p>después se les aplicará el porcentaje).</p> <p>TEORÍA</p> <ul style="list-style-type: none"> -Trabajos teóricos. - Pruebas escritas. <p>El porcentaje a aplicar es del</p> <p>10%</p> <p>ACTITUD</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cumplimiento de las normas. - Puntualidad en las llegadas y en las fechas de entrega de las tareas. - Respeto. - Capacidad de esfuerzo. - Colaboración. <p>El porcentaje a aplicar es del</p> | <p>CPSAA</p> <p>4</p> <p>CPSAA</p> <p>5CE2</p> <p>CE3</p> |
|---|--|--|---|--|--|---|

| | | | | |
|--|--|---|--|--|
| <p>en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.(3º y 4º ESO).</p> <p>k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los</p> | <p>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.</p> | <p>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.</p> <p>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.</p> <p>2.2 Participar de forma activa y apropiada en contextos motrices variados,</p> | <p>20% (En función de las características del grupo y sus necesidades, cada docente dará el peso que estime oportuno a cada subapartado)</p> | <p>CCL5 CPSAA 1 CPSAA 3 CPS11 5CC3</p> |
|--|--|---|--|--|

| | | | | | |
|---|---|--|--|--|--|
| <p>seres vivos y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.</p> | <p>3.</p> <p>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 comportamiento antideportivo o contrarios a la convivencia y desarrollando</p> | <p>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 y del oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación.</p> <p>2.3</p> <p>Demostrar interés por la adquisición y control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa,</p> | | | |
|---|---|--|--|--|--|

| | | | | | | |
|--|--|---|---|--|--|--|
| | | <p>procesos que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones.</p> | <p>haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.</p> <p>3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.</p> <p>3.2 Cooperar ocolaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y</p> | | | |
|--|--|---|---|--|--|--|

| | | | | | |
|---|--|---|--|---|---|
| <p>b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.</p> <p>c) Valorar y respetar</p> | <p>a) Competencia en comunicación lingüística.</p> <p>b) Competencia plurilingüe.</p> <p>c) Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología</p> <p>d) Competencia digital.</p> | <p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividad física y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las</p> <p>grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.</p> <p>3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales y diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad</p> | <p>CF Y SALUD (TEÓRICA)</p> <p>1.1 Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física orientadas 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.</p> <p>1.2 Comenzar a incorporar</p> | <p>En cuanto a los criterios de calificación, para que puedan ser aplicados, el alumnado deberá puntuar positivamente en todos los apartados, no pudiendo aplicar la media si uno de ellos es abandonado y no</p> | <p>CCL3</p> <p>STEM2</p> <p>STEM5</p> <p>CD4</p> <p>CPSAA2</p> <p>CPSAAO4</p> |
|---|--|---|--|---|---|

| | | | | | |
|---|--|---|--|---|---|
| <p>la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidad es entre ellos. Rechazar la discriminación de las personas por razón de sexo o por cualquier otra condición o circunstancia personal o social. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.</p> <p>e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos</p> | <p>e) Competencia personal, social y de aprender a aprender.</p> <p>g) Competencia emprendedora.</p> | <p>prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.</p> | <p>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.</p> <p>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</p> | <p>ones. Funciones.</p> <p>Cualidades Físicas. Clasificación y sistemas de entrenamiento.</p> <p>Actitud postural y buenos hábitos.</p> <p>Nutrición. Dieta equilibrada y trastornos alimenticios.</p> <p>Elaboración plano de orientación, manejo de la brújula.</p> <p>Primeros auxilios en actividad deportiva: maniobra de Heimlich, RCP.</p> <p>Doping: tipos y efectos.</p> <p>Desigualdad de género en las actividades físicas</p> | <p>realizado, puntuando negativamente.</p> <p>PARTE PRÁCTICA (en función del contenido trabajado en el trimestre)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Test físicos. - Circuitos técnicos. - Situaciones juego real. El porcentaje a aplicar en esta parte de la asignatura es del 70% (Las pruebas prácticas harán media entre ellas y después se les aplicará el porcentaje). <p>TEORÍA</p> |
|---|--|---|--|---|---|

| | | | | | |
|--|--|--|--------------------|--|---|
| <p>tos.</p> <p>Adquirir una preparación básica en el campo de las tecnologías</p> <p>, especialmente las de la información y la comunicación.</p> <p>f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia</p> <p>h) Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana textos y</p> | | <p>para actuar preventivamente. 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.</p> <p>1.5 Reconocer y admitir la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.</p> <p>1.6 Conocer y explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como los riesgos</p> | <p>deportivas.</p> | <p>-Trabajos teóricos.</p> <p>- Pruebas escritas.</p> <p>El porcentaje a aplicar es del 10%</p> <p>ACTITUD</p> <p>- Cumplimiento de las normas.</p> <p>- Puntualidad en las llegadas y en las fechas de entrega de las tareas.</p> <p>- Respeto.</p> <p>- Capacidad de esfuerzo.</p> <p>- Colaboración.</p> <p>El porcentaje a aplicar es del 20%</p> <p>(En función de las características del grupo y sus</p> | <p>CPSAA 4</p> <p>CPSAA 5CE2</p> <p>CE3</p> |
|--|--|--|--------------------|--|---|

| | | | | | |
|---|--|---|---|---|--|
| <p>mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.</p> <p>i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada (3º y 4º ESO)</p> <p>j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de los demás, así como el patrimonio artístico y cultural.</p> <p>k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación</p> | | <p>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.</p> | <p>para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.</p> <p>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.</p> <p>2.2 Participar de forma activa y apropiada en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados</p> | <p>necesidades, cada docente dará el peso que estime oportuno a cada subapartado)</p> | <p>CCL5 CPSAA 1 CPSAA 3 CPSAA 5CC3</p> |
|---|--|---|---|---|--|

| | | | | | |
|---|--|---|--|--|--|
| <p>física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.</p> | <p>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 comportamiento antideportivo o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones .</p> | <p>y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero y del oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación.</p> <p>2.3 Demostrar interés por la adquisición y 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</p> | | | |
|---|--|---|--|--|--|

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|
| | | | transferible s a su espacio vivencial con progresiva autonomía. | | |
| | | | <p>3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.</p> <p>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</p> | | |
| | | | | | |

| | | | | | | |
|--|---|---|--|--|---|---|
| <p>a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a los demás, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos y la igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y hombres, como valores comunes</p> | <p>a) Competencia en comunicación lingüística. b) Competencia plurilingüe. e) Competencia personal, social y de aprender a aprender. f) Competencia ciudadana. g) Competencia emprendedora.</p> | <p>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</p> | <p>responsabilidades. 3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales y diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad 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.</p> | <p>DEPORTES DE INVASIÓN Y RED Y MURO COLECTIVOS Baloncesto Futbaseball Ultimate</p> | <p>En cuanto a los criterios de calificación, para que puedan ser aplicados, el alumnado deberá puntuar positivamente en todos los apartados, no pudiendo aplicar la media si uno de ellos es abandonado y no realizado, puntuando negativamente.</p> | <p>CCL3 STEM2 STEM5 CD4 CPSAA 2 CPSAA 4</p> |
|--|---|---|--|--|---|---|

| | | | | | |
|---|--|--|--|---|--|
| <p>de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.</p> <p>b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.</p> <p>c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar la discriminación de las personas por razón de sexo o por cualquier</p> | <p>libre y así mejorar la calidad de vida.</p> <p>2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-</p> | <p>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. 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.</p> <p>1.5 Reconocer y admitir la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra</p> | <p>del contenido trabajado en el trimestre)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Test físicos. - Circuitos técnicos. - Situaciones juego real. <p>El porcentaje a aplicar en esta parte de la asignatura es del</p> <p>70%</p> <p>(Las pruebas prácticas harán media entre ellas y después se les aplicará el porcentaje).</p> <p>TEORÍA</p> <ul style="list-style-type: none"> -Trabajos teóricos. - Pruebas escritas. <p>El porcentaje a aplicar es del</p> | <p>CPSAA</p> <p>4</p> <p>CPSAA</p> <p>5CE2</p> <p>CE3</p> | |
|---|--|--|--|---|--|

| | | | | |
|--|---|---|--|--|
| <p>otra condición o circunstancia personal o social. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.</p> <p>d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.</p> <p>g) Desarrollar el espíritu emprendedor</p> | <p>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.</p> | <p>salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.</p> <p>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.</p> <p>2.2 Participar de forma activa y apropiada en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de</p> | <p>10%</p> <p>ACTITUD</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cumplimiento de las normas. - Puntualidad en las llegadas y en las fechas de entrega de las tareas. - Respeto. - Capacidad de esfuerzo. - Colaboración. <p>El porcentaje a aplicar es del 20%</p> <p>(En función de las características del grupo y sus necesidades, cada docente dará el peso que estime oportuno a cada subapartado)</p> | <p>CCL5</p> <p>CPSAA</p> <p>1</p> <p>CPSAA</p> <p>3</p> <p>CPSAA</p> <p>5CC3</p> |
|--|---|---|--|--|

| | | | | | |
|--|--|--|---|--|--|
| <p>or y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.</p> <p>i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada (3º y 4º ESO).</p> <p>k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la</p> | | <p>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</p> | <p>decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero y del oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación.</p> <p>2.3 Demostrar interés por la adquisición de control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas</p> | | |
|--|--|--|---|--|--|

| | | | | | |
|--|--|---|--|--|--|
| <p>práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora</p> | | <p>contrarios a la convivencia y desarrollando procesos que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones.</p> | <p>resolución de problemas en situaciones transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.</p> | | |
|--|--|---|--|--|--|

| | | | | | |
|---|--|---|--|--|--|
| <p>b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.</p> <p>c) Valorar y respetar la diferencia</p> | <p>a) Competencia en comunicación lingüística.</p> <p>b) Competencia plurilingüe.</p> <p>e) Competencia personal, social y de aprender a aprender.</p> <p>g) Competencia emprendedora.</p> | <p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividad es físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que</p> <p>3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales y diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad</p> | <p>DEPORTES INDIVIDUALES Y DE RED Y MURO INDIVIDUALES</p> <p>Salto de altura</p> <p>Relevos</p> <p>Bádminton</p> | <p>En cuanto a los criterios de calificación, para que puedan ser aplicados, el alumnado deberá puntuar positivamente en todos los apartados, no pudiendo aplicar la media si uno de ellos es abandonado y no realizado, puntuando</p> | <p>CCL3</p> <p>STEM2</p> <p>STEM5</p> <p>CD4</p> <p>CPSAA</p> <p>2</p> <p>CPSAA</p> <p>4</p> |
|---|--|---|--|--|--|

| | | | | | |
|--|--|--|---|--|--|
| <p>de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar la discriminación de las personas por razón de sexo o por cualquier otra condición o circunstancia personal o social. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.</p> <p>g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para</p> | <p>carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.</p> <p>2. Adaptar, con</p> | <p>una práctica motriz saludable y responsable.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>1.5 Reconocer y admitir la</p> | <p>o negativamente.</p> <p>PARTE PRÁCTICA(en función del contenido trabajado en el trimestre)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Test físicos. - Circuitos técnicos. - Situaciones juego real. <p>El porcentaje a aplicar en esta parte de la asignatura es del 70%</p> | <p>CPSAA 4</p> <p>(Las pruebas prácticas harán media entre ellas y después se les aplicará el porcentaje).</p> <p>TEORÍA</p> <ul style="list-style-type: none"> -Trabajos teóricos. | |
|--|--|--|---|--|--|

| | | | | |
|--|--|---|--|--|
| <p>aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.</p> <p>i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada (3º y 4º ESO).</p> | <p>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,</p> | <p>incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.</p> <p>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.</p> <p>2.2 Participar de forma activa y apropiada en</p> | <p>-Pruebas escritas. El porcentaje a aplicar es del 10%</p> <p>ACTITUD</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cumplimiento de las normas. - Puntualidad en las llegadas y en las fechas de entrega de las tareas. - Respeto. - Capacidad de esfuerzo. - Colaboración. <p>El porcentaje a aplicar es del 20%</p> <p>(En función de las características del grupo y sus necesidades, cada</p> | |
|--|--|---|--|--|

| | | | | | |
|--|--|---|--|---|--|
| | | | | | |
| | | <p>crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p> <p>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 y del oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación.</p> <p>2.3 Demostrar interés por la adquisición de control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad</p> | | <p>docente dará el peso que estime oportuno a cada subapartado)</p> | |

| | | | | | | |
|--|--|--|--|-----------------------------------|---|---|
| <p>a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a los demás, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos y la igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y</p> | <p>a) Competencia en comunicación lingüística. b) Competencia plurilingüe. d) Competencia digital. e) Competencia personal, social y de aprender a aprender. f) Competencia ciudadana g) Competencia</p> | <p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividad esfísisicas 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</p> <p>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</p> | <p>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</p> | <p>EXPRESIÓN CORPORAL:</p> | <p>En cuanto a los criterios de calificación, para que puedan ser aplicados, el alumnado deberá puntuar positivamente en todos los apartados, no pudiendo aplicar la media si uno de ellos es abandonado y no realizado, puntuando negativamente.</p> | <p>CCL3 STEM2 STEM5 CD4 CPSAA 2 CPSAA 4</p> |
|--|--|--|--|-----------------------------------|---|---|

| | | | | | | |
|--|---|---|---|--|--|---|
| <p>hombres, como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.</p> <p>b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.</p> <p>c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos.</p> <p>Rechazar la discriminación de las personas</p> | <p>emprendedora</p> <p>h) Competencia en conciencia y expresión culturales.</p> | <p>un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.</p> | <p>responsable.</p> <p>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.</p> <p>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</p> | <p>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.</p> <p>2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual,</p> | <p>PARTE PRÁCTICA (en función del contenido trabajado en el trimestre)</p> <p>- Test físicos</p> <p>- Circuitos técnicos.</p> <p>- Situaciones juego real.</p> <p>El porcentaje a aplicar en esta parte de la asignatura es del 70% (Las pruebas prácticas harán media entre ellas y después se les aplicará el porcentaje).</p> <p>TEORÍA</p> <p>-Trabajos teóricos.</p> <p>- Pruebas escritas.</p> <p>El porcentaje</p> | <p>CPSAA</p> <p>4</p> <p>CPSAA</p> <p>5CE2</p> <p>CE3</p> |
|--|---|---|---|--|--|---|

| | | | | | |
|--|---|---|--|---|--|
| <p>por razón de sexo o por cualquier otra condición o circunstancia personal o social. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.</p> <p>d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.</p> | <p>, decisión y ejecución adecuado sa la lógica interna y a los objetivos de diferentes situacione scon dificultad variable, para resolver situacione sde 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.</p> | <p>cooperativo o colaborativ o, establecie ndo mecanism os para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevalua ción y coevaluaci ón tanto del proceso como del resultado.</p> <p>2.2 Participar de forma activa y apropiada en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación , adecuándolo se a las demandas motrices, a la actuación del</p> | <p>e a aplicar esdel</p> <p>10%</p> <p>ACTITUD</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cumplimiento de las normas. - Puntualidad en las llegadas y en las fechas de entrega de las tareas. - Respeto. - Capacidad de esfuerzo. - Colaboración. <p>El porcentaje a aplicar esdel</p> <p>20%</p> <p>(En función de las características del grupo y sus necesidades, cada docente dará el peso que estime oportuno</p> | <p>CC2</p> <p>CC3</p> <p>CCEC</p> <p>1</p> <p>CCEC</p> <p>2</p> <p>CCEC</p> <p>3</p> <p>CCEC</p> <p>4</p> | |
|--|---|---|--|---|--|

| | | | | | |
|--|--|---|--|----------------------------|--|
| <p>g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.</p> <p>i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada (3º y 4º ESO).</p> <p>j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de los demás, así como el patrimonio artístico y cultural.</p> | | <p>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, para</p> | <p>compañero y del oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación.</p> <p>2.3 Demostrar interés por la adquisición de 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 smotrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.</p> <p>4.1 Gestionala</p> | <p>a cada subapartado)</p> | |
|--|--|---|--|----------------------------|--|

| | | | | | |
|---|--|---|---|--|--|
| <p>I) Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación</p> | | <p>alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.</p> | <p>participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas</p> <p>4.2 Diferencias objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos.</p> <p>4.3 Participar activamente en la representación de composiciones de expresión corporal individuales</p> | | |
|---|--|---|---|--|--|

| | | | | | | |
|---|---|---|--|---|---|-------|
| <p>b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.</p> <p>c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos.</p> | <p>a) Competencia en comunicación lingüística.</p> <p>b) Competencia plurilingüe.</p> <p>c) Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.</p> <p>e) Competencia personal, social y de aprender a aprender.</p> <p>f) Competencia</p> | <p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividad esfísisicas 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</p> | <p>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.</p> <p>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</p> | <p>ACTIVIDADES EN EL ENTORNO NATURAL:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Interpretar planos de orientación. - El uso de la brújula - Orientación con plano. | <p>En cuanto a los criterios de calificación, para que puedan ser aplicados, el alumnado deberá puntuar positivamente en todos los apartados, no pudiendo aplicar la media si uno de ellos es abandonado y no realizado, puntuando negativamente.</p> | CCL3 |
| | | | | | | STEM2 |

| | | | | | |
|--|--|--|---|--|--|
| <p>Rechazar la discriminación de las personas por razón de sexo o por cualquier otra condición o circunstancia personal o social.</p> <p>Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.</p> <p>g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir</p> | <p>ia ciudadana.</p> <p>g) Competencia emprendedora.</p> | <p>autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.</p> | <p>responsable.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>5. Adoptar un estilo de vida sostenible y responsable aplicando medidas</p> | <p>PARTE PRÁCTICA</p> <p>- Test físicos.</p> <p>- Circuitos técnicos.</p> <p>- Situaciones juego real.</p> <p>El porcentaje a aplicar en esta parte de la asignatura es del 70%</p> <p>(Las pruebas prácticas harán media entre ellas y después se les aplicará el porcentaje).</p> <p>TEORÍA</p> <p>-Trabajos teóricos.</p> <p>- Pruebas escritas.</p> <p>El porcentaje a aplicar es del 10%</p> <p>ACTITUD</p> <p>- Cumplimi</p> | <p>PARTE PRÁCTICA</p> <p>- Test físicos.</p> <p>- Circuitos técnicos.</p> <p>- Situaciones juego real.</p> <p>El porcentaje a aplicar en esta parte de la asignatura es del 70%</p> <p>(Las pruebas prácticas harán media entre ellas y después se les aplicará el porcentaje).</p> <p>TEORÍA</p> <p>-Trabajos teóricos.</p> <p>- Pruebas escritas.</p> <p>El porcentaje a aplicar es del 10%</p> <p>ACTITUD</p> <p>- Cumplimi</p> |
| | | | | | <p>STEM</p> <p>5CC4</p> <p>CE1</p> <p>CE3</p> |

| | | | | | |
|---|--|---|---|--|--|
| <p>responsabilidades.</p> <p>i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada (3º y 4º ESO).</p> <p>k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos</p> | | <p>de seguridad, individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.</p> | <p>comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.</p> <p>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 consciente de su huella ecológica.</p> <p>5.2. Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, identificando las normas de</p> | <p>ento de las normas.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Puntualidad en las llegadas y en las fechas de entrega de las tareas. - Respeto. - Capacidad de esfuerzo. - Colaboración. <p>El porcentaje a aplicar es del</p> <p>20%</p> <p>(En función de las características del grupo y sus necesidades, cada docente dará el peso que estime oportuno a cada subapartado)</p> | |
|---|--|---|---|--|--|



|  | sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora | | | seguridad individuales y colectivas necesarias para disfrutar de una práctica segura. | | |
|---|---|--|--|---|--|--|
|---|---|--|--|---|--|--|

1º DE BACHILLERATO

| OBJETIVOS | COMPETENCIA CLAVE | COMPETENCIA ESPECÍFICA | CRITERIOS EVALUACIÓN | DESCRIPCIÓN | CRITERIOS CALIFICACIÓN, % | SITUACIONES APRENDIZAJE |
|-----------|-------------------|------------------------|----------------------|-------------|---------------------------|-------------------------|
|-----------|-------------------|------------------------|----------------------|-------------|---------------------------|-------------------------|



| | | | | | | |
|--|--|--|---|--|---|--|
| b) Consolidar una madurez personal, afectivo-sexual y social que les permita actuar de forma respetuosa, responsable y autónoma y desarrollar su espíritu crítico. Prever, detectar y resolver pacíficamente los conflictos personales, familiares y sociales, así como las posibles situaciones de violencia. | a) Competencia en comunicación lingüística . c) Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología . d) Competencia digital. e) Competencia personal, social y de aprender | 1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando y responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas | 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 | CCL3 STEM2 STEM5 CD4 CPSAA2 CPSAA04 | En cuanto a los criterios de calificación, para que puedan ser aplicados, el alumnado deberá puntuar positivamente en todos los apartados, no pudiendo aplicar la media si uno de ellos es abandonado y no realizado, puntuando | CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD (PRÁCTICA) Las cualidades físicas básicas. El calentamiento específico . Condición física. Sistemas de entrenamiento. Actitud postural Test de |
|--|--|--|---|--|---|--|

| | | | | | | |
|--|---|---|---|-----------------------|---|---|
| <p>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 la historia e impulsar 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 o cualquier otra condición o circunstancia personal o social.</p> <p>e) Dominar, tanto en su expresión</p> | <p>a aprender.</p> <p>g) Competencia emprendedora</p> | <p>de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.</p> | <p>intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos.</p> <p>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 futuros desempeños profesionales.</p> <p>1.3. Conocer y aplicar de manera</p> | <p>negativamente.</p> | <p>PARTE PRÁCTICA</p> <ul style="list-style-type: none"> - Test físicos. - Circuitos técnicos. - Situaciones de juego real. <p>El porcentaje a aplicar en esta parte de la asignatura es del</p> <p>70%</p> <p>(Las pruebas prácticas harán media entre ellas y después se les aplicará el porcentaje).</p> <p>TEORÍA</p> <ul style="list-style-type: none"> - Trabajos teóricos. - Pruebas escritas. <p>El porcentaje a aplicar es del</p> <p>10%</p> <p>ACTITUD</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cumplimiento de | <p>condición física.</p> <p>Autoentrenamiento</p> <p>Crossfit</p> |
|--|---|---|---|-----------------------|---|---|

| | | | | | | |
|---|--|--|---|---------------------------------------|---|--|
| <p>oral como escrita, la lengua castellana</p> <p>g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.</p> <p>k) Afianzar el espíritu emprendedor con actitudes de creatividad, flexibilidad, iniciativa, trabajo en equipo, confianza en uno mismo y sentido crítico.</p> <p>m) Utilizar la educación física y el deporte para favorecer el desarrollo personal y</p> | | <p>2. Adaptar autónoma mente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y</p> | <p>responsable y autónoma medidas específica 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.</p> <p>1.4. Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que</p> | <p>CPSAA 4 CPSAA 5CE2 CE3</p> | <p>las normas.</p> <p>- Puntualidad en las llegadas y en las fechas de entrega de las tareas.</p> <p>- Respeto.</p> <p>- Capacidad de esfuerzo.</p> <p>- Colaboración.</p> <p>El porcentaje a aplicar es del 20%</p> <p>(En función de las características del grupo y sus necesidades, cada docente dará el peso que estime oportuno a cada subapartado)</p> | |
|---|--|--|---|---------------------------------------|---|--|

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|
| <p>social. Afianzar los hábitos de actividades físico-deportivas para favorecer el bienestar físico y mental, así como medio de desarrollo personal y social</p> | | <p>destrezas motrices específica sde algunas modalidad es practicada s a diferentes situacione s con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción , decisión y ejecución adecuado sa la lógica interna de las mismas para resolver situacione s motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales , deportivas, expresivas y recreativas , y consolidar actitudes de superació ny crecimiento al enfrentarse a desafíos físicos.</p> | <p>pongan en riesgo la salud, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida. 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 .</p> <p>2.1 .Desarrollar proyectos motores de carácter individual o de colaboración- oposición, gestionando autónoma mente</p> | <p>CCL5 CPSAA 1 CPSAA 3 CPSAA 5CC3</p> | |
|--|--|--|--|--|--|

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | | | |
| | | <p>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</p> <p>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.</p> <p>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</p> | | |

| | | | | | |
|--|--|---|--|--|--|
| | | <p>procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir autónoma mente al entendimie nto social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentand o la detección precoz y el conocimien to de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminac ión o violencia.</p> | <p>condicione s cambiante s que se producen en la práctica.</p> <p>2.3. Identificar, analizar y comprender los factores clave que condiciona n la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativo s de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situacione smotrices</p> <p>3.1. Organizar y practicar diversas actividade smotrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizand osus beneficios desde la perspectiv a de la salud, el disfrute, adoptando actitudes de interés,</p> | | |
|--|--|---|--|--|--|

| | | | | | |
|--|--|---|--|--|--|
| | | | | | |
| | | <p>esfuerzo, liderazgo, etc., al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.</p> <p>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 surgir a lo largo del desarrollo de las prácticas.</p> <p>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 y de diálogo en la</p> | | | |

| | | | | | | | |
|---|---|--|---|--|--|---|--|
| <p>b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.</p> <p>c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar la discriminación de las personas por razón de sexo o por cualquier otra condición o</p> | <p>a) Competencia en comunicación lingüística .</p> <p>c) Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología .</p> <p>d) Competencia digital.</p> <p>e) Competencia personal, social y de aprender a aprender.</p> <p>g) Competencia emprendedora.</p> | <p>1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando y responsabilizando 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.</p> | <p>resolución de conflictos con actitud reflexiva y crítica ante acciones violentas o discriminadoras a lo largo del proceso.</p> | <p>CCL3 STEM2 STEM5 CD4 CPSAA2 CPSAA04</p> | <p>En cuanto a los criterios de calificación, para que puedan ser aplicados, el alumnado deberá puntuar positivamente en todos los apartados , no pudiendo aplicar la media si uno de ellos es abandonado y no realizado, puntuando negativamente.</p> | <p>ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD (TEORÍA)</p> | <p>-El entrenamiento y sus principios biológicos.</p> <p>-Sistemas de entrenamiento y su planificación.</p> <p>-Ponerse en forma frente a competir.</p> <p>- Yoga, Shultz y Jacobson como medios de relajarse.</p> <p>-Relación actividad física con alimentación saludable. Trastornos alimentarios. (bulimia, anorexia, vigorexia y otros)</p> <p>PARTE PRÁCTICA</p> <p>- Test físicos.</p> <p>-Circuitos técnicos. - Situaciones</p> |
|---|---|--|---|--|--|---|--|

| | | | | | |
|---|--|---|--|---|--|
| <p>circunstancia personal o social. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.</p> <p>e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Adquirir una preparación básica en el campo de las tecnologías, especialmente las de la información y la comunicación.</p> <p>f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado,</p> | | <p>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 motoras, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores futuros desempeños profesionales.</p> <p>1.3. Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad</p> | | <p>s juego real.</p> <p>El porcentaje a aplicar en esta parte de la asignatura es del 70% (Las pruebas prácticas harán media entre ellas y después se les aplicará el porcentaje).</p> <p>TEORÍA</p> <ul style="list-style-type: none"> -Trabajos teóricos. - Pruebas escritas. <p>El porcentaje a aplicar es del 10%</p> <p>ACTITUD</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cumplimiento de las normas. - Puntualidad en las llegadas y en las fechas de entrega de las tareas. | |
|---|--|---|--|---|--|

| | | | | | |
|---|--|--|---------------------------------------|--|--|
| <p>que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia</p> <p>.</p> <p>h) Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.</p> <p>i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada (3º y 4º ESO).</p> <p>j) Conocer, valorar y respetar los</p> | | <p>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.</p> <p>2. Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivomotrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de</p> | <p>CPSAA 4 CPSAA 5CE2 CE3</p> | <p>.- Respeto. - Capacidad de esfuerzo. - Colaboración. El porcentaje a aplicar es del 20% (En función de las características del grupo y sus necesidades, cada docente dará el peso que estime oportuno a cada subapartado)</p> | |
|---|--|--|---------------------------------------|--|--|

| | | | | | | |
|--|--|---|--|---|--|--|
| <p>aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de los demás, así como el patrimonio artístico y cultural.</p> <p>k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social.</p> <p>Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el</p> | | <p>dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuado a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación y crecimiento al enfrentarse a desafíos físicos.</p> | <p>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.</p> <p>2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual o de colaboración-oposición, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos</p> | <p>CCL5</p> <p>CPSAA 1</p> <p>CPSAA 3</p> <p>CPSAA 5CC3</p> | | |
|--|--|---|--|---|--|--|

| | | | | | |
|--|--|---|---|---|---|
| <p>consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.</p> | <p>3. Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de cualquier diferencia, 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 .</p> | <p>que se pretendan alcanzar.</p> <p>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.</p> <p>2.3. Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los</p> | <p>que se pretendan alcanzar.</p> <p>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.</p> <p>2.3. Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los</p> | <p>que se pretendan alcanzar.</p> <p>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.</p> <p>2.3. Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los</p> | <p>que se pretendan alcanzar.</p> <p>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.</p> <p>2.3. Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los</p> |
|--|--|---|---|---|---|

| | | | | |
|--|--|---|--|--|
| | | | | |
| | | <p>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.</p> <p>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, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo, etc., al asumir y desempeñar distintos roles relacionados</p> | | |

| | | | | | |
|--|--|---|--|--|--|
| | | | | | |
| | | <p>os con ellas.</p> <p>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 surgir a lo largo del proceso.</p> <p>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 y diálogo en la resolución de conflictos con actitud reflexiva y crítica ante acciones violentas o discriminat</p> | | | |

| | | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|---|
| <p>a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a los demás, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos y la igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y hombres, como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.</p> <p>b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo</p> | <p>a) Competencia en comunicación lingüística .</p> <p>e) Competencia personal, social y de aprender a aprender.</p> <p>f) Competencia ciudadana</p> <p>g) Competencia emprendedora.</p> | <p>1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsab le y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a en 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.</p> | <p>orías</p> <p>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.</p> <p>1.4. Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos</p> | <p>CCL3 STEM2 STEM5 CD4 CPSAA2 CPSAA04</p> | <p>En cuanto a los criterios de calificación, para que puedan ser aplicados, el alumnado deberá puntuar positivamente en todos los apartados , no pudiendo aplicar la media si uno de ellos es abandonado y no realizado, puntuando negativamente.</p> | <p>DEPORTES DE RED Y MURO</p> <ul style="list-style-type: none"> - Badminton por parejas - Voleibol inclusivo <p>PARTE PRÁCTICA</p> <ul style="list-style-type: none"> - Test físicos. - Circuitos técnicos. - Situaciones de juego real. <p>El porcentaje a aplicar en esta parte de la asignatura es del</p> |
|---|--|--|--|--|--|---|

| | | | | | | |
|---|--|--|---|-------------------------------|---|--|
| <p>como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.</p> <p>c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar la discriminación de las personas por razón de sexo o por cualquier otra condición o circunstancia personal o social. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.</p> <p>d) Fortalecer sus</p> | | <p>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</p> | <p>rientos que pongan en riesgo la salud, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida.</p> <p>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</p> <p>2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual o de colaboración- oposición, gestionando</p> | <p>CPSAA 4 CPSAA 5CE2 CE3</p> | <p>70% (Las pruebas prácticas harán media entre ellas y después se les aplicará el porcentaje).</p> <p>TEORÍA -Trabajos teóricos. - Pruebas escritas.</p> <p>El porcentaje a aplicar es del</p> <p>10%</p> <p>ACTITUD - Cumplimiento de las normas. - Puntualidad en las llegadas y en las fechas de entrega de las tareas. - Respeto. - Capacidad de esfuerzo. - Colaboración.</p> | |
|---|--|--|---|-------------------------------|---|--|

| | | | | | | |
|---|--|---|---|--|--|--|
| <p>capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.</p> <p>g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.</p> <p>i) Comprender y expresarse en una o</p> | | <p>percepción, decisión y ejecución adecuado a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p> | <p>autónoma mente 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.</p> <p>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</p> | <p>CCL5 CPSAA 1 CPSAA 3 CPSAA 5CC3</p> | <p>El porcentaje a aplicar es del 20% (En función de las características del grupo y sus necesidades, cada docente dará el peso que estime oportuno a cada subapartado)</p> | |
|---|--|---|---|--|--|--|

| | | | | | |
|---|--|---|--|--|--|
| <p>más lenguas extranjeras de manera apropiada (3º y 4º ESO).</p> <p>k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos</p> | | <p>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</p> | <p>s cambiante s que se producen en la práctica. 2.3. Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específica spa la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situacione sde emergenci a o accidente, identificand o las posibles transferenc ias que estos conocimien tos tienen al ámbito profesional y ocupacion al.</p> <p>3.1. Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial</p> | | |
|---|--|---|--|--|--|

| | | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|--|
| <p>y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.</p> | | <p>el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir autónoma mente 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</p> | <p>como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo, etc., al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.</p> <p>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 surgir a lo largo del proceso.</p> <p>3.3. Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el</p> | | | |
|---|--|--|--|--|--|--|

| | | | | | | |
|---|---|--|---|--|--|--|
| <p>a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a los demás, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos y la igualdad de trato y</p> | <p>a) Competencia en comunicación lingüística . b) Competencia plurilingüe e) Competencia personal, social y de aprender a aprender. f) Competencia ciudadana .</p> | <p>1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando y responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables ,para satisfacer</p> | <p>resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales diálogo en la resolución de conflictos con actitud reflexiva y crítica ante acciones violentas o discriminatorias</p> | <p>CCL3 STEM2 STEM5 CD4 CPSAA2 CPSAA04</p> | <p>En cuanto a los criterios de calificación, para que puedan ser aplicados, el alumnado deberá puntuar positivamente en todos los apartados , no pudiendo aplicar la media si uno de ellos es abandonado y no</p> | <p>DEPORTES DE INVASIÓN - Baloncesto - Fútbol - Goadball - Ultimate</p> |
|---|---|--|---|--|--|--|

| | | | | | |
|--|------------------------------------|---|--|---------------------------------------|--|
| <p>de oportunidades entre mujeres y hombres, como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.</p> <p>b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.</p> <p>c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar la discriminación de las personas por razón</p> | <p>g) Competencia emprendedora</p> | <p>sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.</p> <p>2. Adaptar autónoma</p> | <p>a o accidente, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional.</p> <p>1.4. Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que ponen en riesgo la salud, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida.</p> <p>1.5. Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la</p> | <p>CPSAA 4 CPSAA 5CE2 CE3</p> | <p>realizado, puntuando negativamente.</p> <p>PARTE PRÁCTICA</p> <ul style="list-style-type: none"> - Test físicos. - Circuito técnico. - Situaciones de juego real. <p>El porcentaje a aplicar en esta parte de la asignatura es del</p> <p>70%</p> <p>(Las pruebas prácticas harán media entre ellas y después se les aplicará el porcentaje).</p> <p>TEORÍA</p> <ul style="list-style-type: none"> - Trabajos teóricos. - Pruebas escritas. <p>El porcentaje a aplicar es del</p> <p>10%</p> <p>ACTITUD</p> |
| | | | | | |
| | | | | | |

| | | | | | |
|---|--|---|--|--|---|
| <p>de sexo o por cualquier otra condición o circunstancia personal o social. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.</p> <p>d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.</p> <p>g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la</p> | | <p>mente 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 adecuado a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación,</p> | <p>gestión de la actividad física, respetando la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la difusión pública de datos personales.</p> <p>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.</p> <p>2.2. Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición,</p> | <p>CCL5 CPSAA 1 CPSAA 3 CPSAA 5CC3</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Cumplimiento de las normas. - Puntualidad en las llegadas y en las fechas de entrega de las tareas. - Respeto. - Capacidad de esfuerzo. - Colaboración. <p>El porcentaje a aplicar es del 20%</p> <p>(En función de las características del grupo y sus necesidades, cada docente dará el peso que estime oportuno a cada subapartado)</p> |
|---|--|---|--|--|---|



| | | | | | |
|--|--|---|--|--|--|
| <p>confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.</p> <p>i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada (3º y 4º ESO).</p> <p>k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo</p> | | <p>resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p> <p>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,</p> | <p>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.</p> <p>2.3. Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad</p> | | |
|--|--|---|--|--|--|

| | | | | |
|---|---|---|--|--|
| <p>personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.</p> | <p>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 autónoma mente 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.</p> | <p>en la realización de gestos técnicos o situaciones variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos.</p> <p>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.</p> | | |
|---|---|---|--|--|

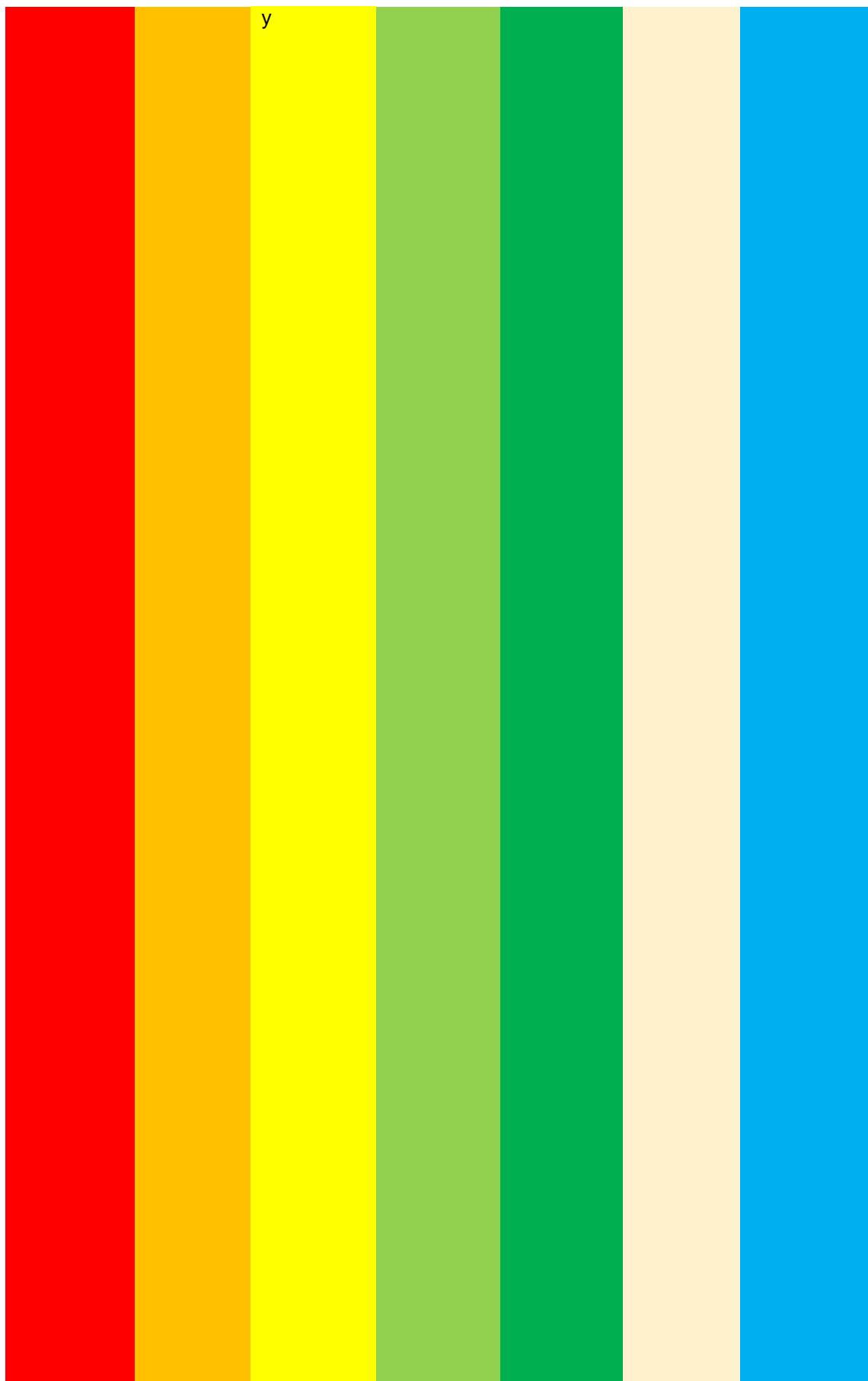
| | | | | | |
|--|--|--|---|--|--|
| | | | <p>3.2. Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando, de forma coordinada, cualquier imprevisto o situación que pueda surgir a lo largo del proceso.</p> <p>3.3. Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales y respeto ante la diversidad de</p> | | |
|--|--|--|---|--|--|

| | | | | | | |
|--|--|---|--|---|---|--|
| <p>a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a los demás, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos y</p> | <p>a) Competencia en comunicación lingüística . d) Competencia digital. e) Competencia personal, social y de aprender a aprender. f) Competencia</p> | <p>1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando y responsabilizándose y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a en parámetros científicos y</p> | <p>cualquier índole, 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.</p> | <p>CCL3 STEM2 STEM5 CD4 CPSAA 2 CPSAA 4</p> | <p>En cuanto a los criterios de calificación, para que puedan ser aplicados, el alumnado deberá puntuar positivamente en todos los apartados, no pudiendo aplicar la media si uno de ellos es</p> | <p>EXPRESIÓN CORPORAL - Bailes desalón - Coreografías</p> |
|--|--|---|--|---|---|--|



| | | | | | |
|--|--|--|---|---|---|
| <p>la igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y hombres, como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.</p> <p>b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.</p> <p>c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar la</p> | <p>ciudadana</p> <p>g) Competencia emprendedora.</p> <p>h) Competencia en conciencia y expresión culturales.</p> | <p>evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.</p> | <p>de emergencia o accidente, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional.</p> <p>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.</p> <p>1.5. Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales</p> | <p>CPSAA 4</p> <p>CPSAA 5CE2</p> <p>CE3</p> | <p>abandonado y no realizado, puntuando negativamente.</p> <p>PARTE PRÁCTICA</p> <ul style="list-style-type: none"> - Test físicos. - Circuitos técnicos. - Situaciones de juego real. <p>El porcentaje a aplicar en esta parte de la asignatura es del 70%</p> <p>(Las pruebas prácticas harán media entre ellas y después se les aplicará el porcentaje).</p> <p>TEORÍA</p> <ul style="list-style-type: none"> -Trabajos teóricos. - Pruebas escritas. <p>El porcentaje a aplicar es del 10%</p> |
|--|--|--|---|---|---|

| | | | | | |
|---|---|--|------------|---|--|
| <p>discriminación de las personas por razón de sexo o por cualquier otra condición o circunstancia personal o social. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.</p> <p>d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente</p> | <p>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 adecuada a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación</p> | <p>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</p> <p>2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual o de colaboración-oposición, 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.</p> <p>2.2 Interpretar y actuar correctamente</p> | <p>CC2</p> | <p>ACTITUD</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cumplimiento de las normas. - Puntualidad en las llegadas y en las fechas de entrega de las tareas. - Respeto. - Capacidad de esfuerzo. - Colaboración. <p>El porcentaje a aplicar es del 20%</p> <p>(En función de las características del grupo y sus necesidades, cada docente dará el peso que estime oportuno a cada subapartado)</p> | |
|---|---|--|------------|---|--|



| | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|
| <p>nte los conflictos.</p> <p>g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.</p> <p>i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada (3º y 4º ESO).</p> <p>j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de los demás, así como el patrimonio artístico y cultural.</p> <p>l) Apreciar la creación</p> | | <p>crecimiento al enfrentarse a desafíos físicos.</p> <p>4. Analizar críticamente e investigar acerca de las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución desde los intereses económico s, políticos</p> | <p>nte 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.</p> <p>2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los</p> | <p>CC3 CCEC 1 CCEC 2 CCEC 3 CCEC 4</p> | | |
|--|--|--|--|--|--|--|

| | | | | | |
|---|---|---|--|--|--|
| <p>artística y comprende r el lenguaje de las distintas manifestaci ones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representa ción.</p> | <p>y sociales que hayan condiciona do su desarrollo, practicánd olas y fomentand o su conservaci ón para ser capaz de defender desde una postura ética y contextuali zada los valores que transmiten.</p> | <p>component es cualitativo s y cuantitativo s de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situacione smotrices transferible s a su espacio vivencial con progresiva autonomía.</p> | <p>4.1. Comprend er y contextuali zar la influencia cultural y social de las manifestaci ones motrices más relevantes en el panorama actual, analizando sus orígenes y su evolución hasta la actualidad y rechazand o aquellos component es que no</p> | | |
|---|---|---|--|--|--|

| | | | | | |
|---|--|--|---|---|--|
| <p>b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición</p> | <p>a) Competencia en comunicación lingüística</p> <p>c) Competencia matemática</p> | <p>1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando y responsabilizándose</p> <p>4.2. Crear y representar composiciones corporales, con y sin base musical, aplicando con precisión, idoneidad y coordinación escénicas técnicas expresivas más apropiadas a cada composición para representarlas ante sus compañeros u otros miembros de la comunidad.</p> | <p>CCL3 STEM2 STEM5 CD4 CPSAA 2 CPSAA 4</p> | <p>En cuanto a los criterios de calificación, para que puedan ser aplicados, el</p> | <p>ACTIVIDADES EN EL ENTORNO NATURAL</p> <ul style="list-style-type: none"> Orientación en la naturaleza |
|---|--|--|---|---|--|

| | | | | | | |
|--|---|--|--|--|---|--|
| <p>necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.</p> <p>c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos.</p> <p>Rechazar la discriminación de las personas por razón de sexo o por cualquier otra condición o circunstancia personal o social.</p> <p>Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.</p> <p>g) Desarrolla el espíritu</p> | <p>a y competencias básicas en ciencia y tecnología .</p> <p>e) Competencia personal, social y de aprender a aprender.</p> <p>f) Competencia ciudadana</p> <p>g) Competencia emprendedora</p> | <p>e y consciente mente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a en 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.</p> | <p>activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo.</p> <p>1.3. Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específica 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.</p> <p>1.4. Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los</p> | | <p>alumnado deberá puntuar positivamente en todos los apartados , no pudiendo aplicar la media si uno de ellos es abandonado y no realizado, puntuando negativamente.</p> <p>PARTE PRÁCTICA</p> <ul style="list-style-type: none"> - Test físicos. - Circuitos técnicos. - Situaciones de juego real. <p>El porcentaje a aplicar en esta parte de la asignatura es del 60%</p> <p>(Las pruebas prácticas harán media entre ellas y después se les aplicará el porcentaje).</p> | |
|--|---|--|--|--|---|--|

| | | | | | | |
|--|--|---|--|--------------------------------------|--|--|
| <p>emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.</p> <p>i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada (3º y 4º ESO).</p> <p>k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del</p> | | <p>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</p> | <p>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.</p> <p>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.</p> <p>5.1. Promover</p> | <p>STEM 5CC4 CE1 CE3</p> | <p>TEORÍA -Trabajos teóricos. - Pruebas escritas. El porcentaje a aplicar es del 20%</p> <p>ACTITUD - Cumplimiento de las normas. - Puntualidad en las llegadas y en las fechas de entrega de las tareas. - Respeto. - Capacidad de esfuerzo. - Colaboración.</p> <p>El porcentaje a aplicar es del 20% (En función de las características del grupo y sus</p> | |
|--|--|---|--|--------------------------------------|--|--|

| | | | | | |
|--|--|--|--|---|---|
| <p>deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.</p> | | <p>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.</p> | <p>y participar en actividades físicas-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, interactuando con ellos 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 desarrollan</p> | <p>5.2. Practicar y organizar actividades físicas-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad,</p> | <p>necesidades, cada docente dará el peso que estime oportuno a cada subapartado)</p> |
|--|--|--|--|---|---|

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|
| | | | <p>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.</p> | | |
|--|--|--|--|--|--|

6. PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

Dentro del proceso continuo que es la evaluación, diferenciamos tres momentos fundamentales:

Antes (Evaluación Inicial), Durante (Evaluación Formativa), y Al Final (Evaluación Sumativa).

1-Evaluación Inicial:

Nos permite conocer el punto de partida para proceder a estructurar los nuevos conocimientos alcanzables por el alumnado. Esto supone una programación de actividades de diagnóstico, que en nuestro caso consistirá en la recogida de información a través de fichas del alumno, observación de sus actuaciones y reflexión sobre sus experiencias anteriores.

II. Evaluación Formativa:

Nos revela la información de cómo se va desarrollando el proceso de enseñanza-aprendizaje. Informa a los alumnos sobre su conocimiento de la ejecución a través de informaciones de tipo causa-efecto, motivadoras y prescriptivas ya comentadas en la metodología. Orienta sobre la decisión de continuar con lo programado o modificar algún aspecto.

III. Evaluación Sumativa:

Tiene por objeto recoger información relativa al grado de consecución de los objetivos (ya sean de unidad didáctica, de ciclo o de etapa)

Los ejercicios y actividades propuestos por el profesorado son siempre de obligada realización. Los alumnos y alumnas que temporal o permanentemente no puedan realizar alguna parte práctica de Educación Física deberán justificarlo debidamente y realizar el trabajo que el profesorado establezca. Para pruebas evaluables, solo se admitirán justificantes oficiales.

A- Evaluación de la parte práctica.

Vamos a tener una utilización mixta de evaluación cuantitativa y cualitativa. Los métodos cuantitativos tienen controversias referidas al carácter normativo que se le da a las pruebas, la transferencia directa del dato obtenido a la calificación del alumno. Pero también cumple positivamente su objetivo de suministrar información de las capacidades iniciales, y el progreso obtenido sobre la base de un proceso que está siendo evaluado en la misma medida que el alumno. Tiene validez para averiguar el momento del proceso evolutivo en el que se encuentra, y así poder detectar ciertas deficiencias o lagunas de desarrollo. En este último caso, como diagnóstico, es cuando el carácter normativo (respecto a un grupo de edad y entorno próximo) tiene gran significado y aplicación, pero nunca podrá servir de calificación, pues es preciso darle un carácter criterial (respecto al punto de partida de cada individuo). Estos métodos se emplean fundamentalmente en mediciones de la capacidad física.

Los **métodos cualitativos** intentan encontrar otros instrumentos de evaluación para poder mostrar alguna ventaja sobre los tradicionales tests:

- Informar al alumno de su ejecución y posibles errores.
- Puede efectuarse durante todo el proceso (Evaluación continua).
- Facilita información continua e inmediata al profesor.

A continuación enumeraremos los procedimientos de evaluación a los que podemos recurrir:

- **Listas de control:** SI/No de una determinada conducta.
- **Ficha de observación** de los hechos: registra varios datos concretos y hace una valoración general. El departamento ha ido diseñando una ficha en la que cada alumno debe ir anotando los diferentes resultados obtenidos en las pruebas de condición física, así como medidas antropométricas y otros datos de interés.
- **Lista de puntuación:** de 0 a 10
- **Pruebas de ejecución:** desde el punto de partida inicia se verá la mejora.
- **Observación sistemática** detallada de las conductas a evaluar.

Se obtendrá información desde el primer ciclo de ESO hasta Bachillerato, y así comprobará los progresos en las distintas pruebas de Fuerza, Flexibilidad, Velocidad y Resistencia, variaciones de peso y estatura, lesiones y enfermedades, etc.

B- Evaluación de la parte teórica

Los contenidos conceptuales adquieren significado en el área de E.F. en cuanto a que propician reflexiones sobre la finalidad, efectos y sentido que tienen las diferentes actividades físicas.

Existen múltiples instrumentos para recoger información relativa al grado de adquisición de estos contenidos. Nosotros utilizaremos aquellos medios que permitan al mismo tiempo establecer relaciones con la práctica.

- Mapas conceptuales: Elaboración a partir de conceptos, procedimientos y actitudes.
- Pruebas escritas y orales.
- Trabajos del marco teórico: individuales o en grupo.

Los trabajos presentados fuera de plazo se considerarán como "No presentados" y tendrán un 0 en la parte correspondiente.

Se aplicarán descuentos por sanción ortográfica tal y como está estipulado en los distintos departamentos partiendo de las directrices de la asignatura de Lengua, por lo que descontaremos 0,1 punto por cada falta de ortografía y 0,1 punto por cada cuatro tildes, hasta un máximo de 2 puntos. En bachillerato se descontará 0,2 por falta y 0,2 cada cuatro tildes hasta una máxima de 2 puntos.

C- Evaluación de la práctica diaria.

Las características de la clase de E.F. desarrollándose en un contexto de espacio, material y

relaciones entre los participantes que no permite la inhibición del alumno durante tiempo prolongado, posibilita en mayor medida la valoración de sus actitudes con mayor naturalidad.

Participación, solidaridad, tolerancia, respeto, disposición al aprendizaje, iniciativa, esfuerzo personal, ayuda a los menos capacitados, interés hacia la asignatura, asistencia continuada, son algunas de las actitudes que pueden ser evaluadas a través de las técnicas de observación. La elaboración de “**listas de control**” y “**registros anecdoticos**” (donde se describen hechos del tipo participación, falta de respeto, falta de asistencia, esfuerzo notable, ayuda a los compañeros...) puede permitir una valoración objetiva de estos contenidos.

D- Autoevaluación

Como medio de reflexión para el alumno sobre su actuación no sólo de los contenidos procedimentales sino de los conceptuales y actitudinales, se consultará al alumno una vez en cada trimestre su propia valoración, enfatizando en él los aspectos de responsabilidad, aproximación a la realidad y la toma de decisiones. Al mismo tiempo proporcionará al profesor una información de gran utilidad. También podemos inducirles a la *coevaluación* en algún caso como medio facilitador de un aprendizaje cooperativo.

7. EVALUACIÓN DE LOS SABERES O CRITERIOS DE CALIFICACIÓN CONTENIDOS CONCRETOS.

Hemos hecho un análisis exhaustivo de todo el proceso de evaluación con el objeto de recoger la mayor cantidad de información posible desde muchos puntos de vista: alumno, profesor, propio proceso, etc. Así estaremos en condiciones para tomar decisiones que se aproximen lo más posible a la realidad tras la RECOGIDA, ANÁLISIS Y COMPARACIÓN de toda esa información.

Para establecer la calificación final del alumno (como medio de demostrar que el alumno adquiere las competencias y logra los objetivos de su etapa, reflejando su progreso respecto al punto de partida), el alumno ha de mostrar la superación favorable de los tres aspectos siguientes:

CONTENIDOS o saberes concretos

1. Exámenes teóricos.
2. Actividades.
3. "Trabajos escritos".

EXÁMENES PRÁCTICOS

1. Test de condición física,
2. Fichas
3. Circuitos de habilidades físico-deportivas
4. Composiciones con música
5. Representaciones con música.

PRÁCTICA DIARIA (Actitud frente a la asignatura)

1. Trabajo práctico,

2. Indumentaria,
3. Retrasos, cuidar material,
4. Participación en clase, realización del calentamiento etc...
5. Asistencia.

*Mínimo 1p para MEDIA * Lo mínimo que hay que alcanzar en cada apartado (1 punto de los 2, 3, 4, 5 posibles).

A nivel porcentual estos son los criterios a seguir:

| CURSO | TEORÍA | EXÁMENES PRÁCTICOS | PRÁCTICA DIARIA |
|------------------------|------------|--------------------|-----------------|
| 1º, 2º, 3º ESO | 10% | 70% | 20% |
| 4º ESO | 20% | 60% | 20% |
| 1º BACHILLERATO | 20% | 60% | 20% |

Ponderación de las evaluaciones respecto de la calificación final de junio.

Al llegar el mes de junio se realizará una media de las tres evaluaciones, se deberá conseguir una media de 5,00 puntos o más para superar el curso a nivel práctico y de 3,00 puntos o más a nivel teórico. Respecto al modo de redondear las calificaciones, las calificaciones que estén entre 0 y 5 serán truncadas al punto entero inferior y las calificaciones de 5 a 10 serán redondeadas al punto superior si están por encima de 0,7 centésimas.

Subida de nota en Bachillerato

El alumnado de Bachillerato, debido a la necesidad de llevar la mejor media posible para sus estudios posteriores, tiene la oportunidad de sacar un punto extra en la nota final realizando actividades voluntarias relacionadas con la asignatura, en concreto con respecto a la organización y autorregulación de la práctica deportiva. Por ello, podrán elegir entre la realización de una ruta por la naturaleza, concretamente la Ruta de los Poetas en la Sierra de Madrid, o la organización de actividades en los recreos para 1º y 2º de la ESO, fuera de las programadas por el Departamento. La acogida que ha tenido la propuesta ha sido muy buena por parte del alumnado, pues es factible de realizar y no les supone un gran esfuerzo porque el nivel es muy asequible. Esperamos que una gran mayoría de los alumnos y alumnas se beneficien de esta posibilidad de obtener puntos extras.

Criterios para la repetición de una prueba por ausencia

En el caso de que algún alumno o alumna no pudiera acudir a una prueba evaluable por diferentes causas, el profesorado actuará de la siguiente manera:

- Se le repetirá la prueba en el caso de que el motivo sea una enfermedad y presente un justificante oficial. Dado que el personal médico no tiene obligación de emitir justificantes, el profesorado tomará como válida la propia cita médica o el informe emitido, en el caso de que lo hubiera.
- En el caso de otro tipo de justificación, viaje, evento familiar, enfermedad de un familiar, etcétera, será el profesorado el que decida si puede de repetir

10. PROCEDIMIENTO DE RECUPERACIÓN.

SISTEMA DE RECUPERACIÓN DE EVALUACIONES PENDIENTES

Los alumnos con evaluaciones pendientes realizarán los exámenes prácticos y teóricos de la evaluación que no hayan superado, así como los trabajos establecidos para la superación de la misma. En el caso de que tuviesen aprobados algunos contenidos se mantendría la nota. Examinándose solamente de la parte que esté suspensa. Los criterios de calificación serán los mismos que están establecidos por curso y evaluación. Anexo II.B

ALUMNOS CON EF PENDIENTE DE AÑOS ANTERIORES

Tres son las formas de recuperar la asignatura de Educación Física: Anexo II.A

- Por trimestres: los alumnos presentarán los trabajos del curso anterior a mano y realizarán pruebas físicas. Los criterios de calificación serán para 1º, 2º y 3º 70% práctica y 30% teoría, para 4º 60% práctica y 40% teoría.
- Los alumnos con la asignatura pendiente de cursos anteriores la recuperarán siempre que en el curso actual hayan aprobado las dos primeras evaluaciones, dado el carácter continuo de la asignatura.
- Otra forma para recuperarla es en el mes de mayo realizar un examen final con los contenidos teórico-prácticos correspondientes al curso que tengan pendientes. El profesor encargado de la corrección de este examen será la jefa de departamento. Una vez corregido el examen se publicará en el departamento y en los tableros destinados a ello. Igualmente, aquella persona que apruebe un curso superior, aprobará los inferiores, ya sea en la convocatoria ordinaria de junio o en la final del mismo mes. En esta convocatoria, en caso de no superar los cursos previos, deberá presentarse también a los cursos pendientes. Los criterios de calificación serán en este caso 60% práctica y 40% teoría.

En el caso de los alumnos de 2º de Bachillerato con la asignatura suspensa, podrán recuperarla con la realización de un cuadernillo y unas pruebas físicas o en caso de no aprobar este cuadernillo, con un examen teórico y pruebas físicas en el mes de abril. Los criterios en este caso son 50% práctica y 50% teoría.

11. CRITERIOS DE ACTUACIÓN CON LOS ALUMNOS DE BACHILLERATO QUE PIERDAN EL DERECHO A LA EVALUACIÓN CONTINUA.

La pérdida de este derecho está cifrada en nuestro centro en el 20% de faltas de asistencia (4 por evaluación si damos 20- 25 clases). Para los alumnos que pierdan el derecho a la evaluación continua, como establece el Reglamento de Régimen Interno, se les hará un único examen por evaluación que tendrá las mismas pruebas que el examen de junio, pero reducido a la evaluación. Por tanto, al igual que ocurre en junio sólo se podrán tener en cuenta el Examen Teórico y el Examen Práctico. Al no haber nivel de partida se exigirá un nivel de rendimiento de acuerdo a los objetivos generales del curso y los Trabajos. Este examen será tanto para los alumnos que cursan ESO y son absentistas, como Bachillerato.

12. PRUEBAS EXTRAORDINARIAS.

EXAMEN TEÓRICO: Deberá estudiarse la totalidad del libro del nivel suspenso al que se presenta. Durante las clases prácticas de su presente nivel, el alumnado podrá preguntar las posibles dudas y se solventarán. Igualmente, podrán resolver dichas dudas por cauces telemáticos.

PRUEBA PRÁCTICA: para valorar el dominio de los gestos técnicos básicos de las actividades deportivas y artísticas que se impartieron en el curso (por medio de un test de ejecución en circuito que integre las distintas habilidades, o pruebas aisladas).

En cuanto a los **CRITERIOS DE CALIFICACIÓN** serán los siguientes:

ESO: 40% teoría y 60% práctica.

BACHILLERATO: 50% teoría y 50% práctica.

13. PROCEDIMIENTO PARA ALUMNADO Y FAMILIAS DE CONOCERLA PROGRAMACIÓN.

Desde el departamento de Educación Física hemos llevado a cabo una serie de actuaciones para que tanto nuestros alumnos, como sus familias, tengan una idea clara de qué, cómo y cuándo se va a evaluar en la asignatura. De cuáles son las normas básicas a seguir y de los espacios que se utilizarán para una práctica deportiva segura. Para ello:

- Explicamos verbalmente a nuestros alumnos las normas y medidas que se llevarán a cabo a lo largo del curso.
- Dictamos a los alumnos los criterios de calificación de la asignatura y los procedimientos de recuperación de las evaluaciones, así como de la asignatura si la tienen pendiente de cursos anteriores. Traerán la hoja firmada por sus padres que se dan por enterados.
- Publicamos e informamos de los correos de Educamadrid de las profesoras para que tanto alumnos como familias se puedan poner en contacto o enviar sus trabajos. Los correos los copian los alumnos en su agenda y están publicados en el blog del departamento.
- Educaremos a los alumnos sobre las medidas de prevención, higiene y desinfección propia y del material durante el desarrollo de las clases.
- **Publicamos la programación didáctica en el blog del Departamento y en el Aula Virtual de las profesoras.**

15. ANEXOS

NORMAS GENERALES DE LA MATERIA

Normas de convivencia

- Compañerismo y profesorado: respeto a los compañeros y compañeras, respeto al profesorado. Se valorará positivamente el compañerismo, generosidad con los que tienen dificultades, actitudes democráticas y solidarias.
- Material: respeto al material de Educación Física. El mal uso por parte del estudiante supondrá una sanción disciplinaria, por ejemplo, la reposición del material deteriorado. Colaborar al sacar y recoger el material.
- Puntualidad: se debe asistir puntualmente a las sesiones, valorándose negativamente una falta de puntualidad recurrente.

Vestimenta

- La indumentaria básica y necesaria es ropa de deporte que permita realizar todas las actividades propuestas en la sesión.
- Parte superior: camiseta de manga corta o larga y sudadera o chaqueta de chandal.
- Parte inferior: pantalón largo o corto de chándal. Mallas deportivas.
- Calzado: zapatillas adecuadas para la práctica deportiva, correctamente atadas, así como el uso de calcetines.
- Aseo: camiseta de repuesto y elementos de aseo personal para utilizarlos al finalizar la sesión.

Normas de seguridad

Por seguridad se hace imprescindible evitar:

- Llevar anillos, pendientes, cadenas y otros accesorios que puedan entorpecer la actividad física.
- Llevar uñas demasiado largas.
- Masticar chicles, caramelos o cualquier objeto susceptible de ocasionar un colapso en las vías respiratorias.
- Llevar el pelo largo y suelto, ya que dificulta la visión y la práctica deportiva.

Porcentajes de calificación

La asignatura se valorará con los siguientes porcentajes:

Primer ciclo de secundaria. 70% práctica, 10% teórico y 20% actitud

.4º ESO y 1º Bachillerato. 60% práctica, 20 % teórico y 20% actitud.

Contenidos teóricos: Exámenes teóricos. Actividades. Trabajos escritos.

Exámenes prácticos: Test, Fichas, Pruebas habilidades, Composiciones con música.

Práctica diaria: Indumentaria. Retrasos. Hablar durante explicación. Cuidar material. Trabajos prácticos etc...

* Lo mínimo que hay que alcanzar en cada apartado (1 punto de los 2, 3, 4 posibles).

Se te restarán puntos de la nota por las siguientes conductas negativas:

Indumentaria no deportiva. Retrasos injustificados. Cordones desatados. Hablar durante la explicación. Parar durante la práctica. Falta de esfuerzo. Lenta transición de la tarea a la explicación o viceversa. Masticar chicle o comer en clase. Traer el móvil. Venir con cascós (traer el mp3 o mp4). Lesiones injustificadas. No sacar ni recoger material. Maltratar el material. Disputas, peleas, insultos o desconsideración hacia el profesor o los compañeros...

SACAR UN 0 EN ALGUNO DE LOS BLOQUES IMPLICA QUE NO SE HARÁ MEDIA CON LAS DEMÁS NOTAS.

Es obligatoria la presentación de fichas y trabajos, así como la asistencia a los exámenes o

controles teóricos y prácticos.

A FINAL DE CURSO: SE CONSIDERARÁN LAS CALIFICACIONES DE CADA EVALUACIÓN EN SUS TRES ÁMBITOS, ASÍ COMO LAS POSIBLES RECUPERACIONES REALIZADAS DURANTE EL CURSO.

- **Certificados médicos**

Qué ocurre si no puedes hacer la clase:

- Si es por mucho tiempo (más de 1 mes) has de traer un CERTIFICADO MÉDICO donde indique qué problema es el que te impide realizar la práctica y durante cuánto tiempo.
 - Si es por menos de un mes pero más de un día será suficiente con el VOLANTE DEL MÉDICO donde, igualmente, se indique cuál es el problema y por cuánto tiempo has de mantener reposo.
 - Si es por un día bastará con traerlo JUSTIFICADO POR TU PADRE, MADRE O TUTOR en las hojas destinadas a ello en el libro-cuaderno.
- En cualquier caso has de venir a clase con PAPEL, BOLÍ y ropa deportiva ya que:**
- Realizarás todas aquellas actividades que tu problema o lesión te permita; y/o
 - Harás una tabla de ejercicios adaptada; y/o- Colaborarás con el resto de tus compañeros ayudando, arbitrando.....
 - Y si no puedes hacer nada práctico, copiarás las actividades de la clase en una hoja y posteriormente adjuntarás a los apuntes.

- **Justificación de faltas**

- Debes SIEMPRE JUSTIFICAR la falta como máximo en tres días (antes de entregar la justificación al tutor enséñasela a tu profesor/a de EF).
- **Más del 20% de faltas sin justificar harán que pierdas el derecho a la evaluación continua.**
- Es importante, además, que preguntes a tus compañeros por lo que han hecho en clase de forma que puedas copiar la clase en una hoja y hacer los deberes mandados.



ANEXO II.b

PLAN DE REFUERZO

(Para aquellos/as alumnos/as que han promocionado de curso con la materia pendiente de superar)

| INFORMACIÓN GENERAL | | | |
|--|---|-------|----------------|
| Departamento didáctico | EDUCACION FISICA | | |
| Materia | EDUCACIÓN FÍSICA | Curso | [1º/2º/3º ESO] |
| Nº de alumnos con la materia pendiente: | 39 | | |
| Profesor responsable del seguimiento de las actividades de refuerzo: | Cipriano Cobo López, Rocío Quílez Ruiz y M ^a Teresa Ruano Bravo. | | |

| ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE Y REFUERZO | | | |
|--|--|---------------------------------|--|
| Tipología | Actividad de aprendizaje y refuerzo | Fecha de inicio de la actividad | Fecha de entrega o realización |
| Planes de entrenamiento de la condición física. | Desarrollo y mejora de las cualidades físicas básicas y motoras. | EN CADA TRIMESTRE | SE OBSERVARÁ LA MEJORA EN LAS PRUEBAS EVALUABLES |
| Planes de mejora/repaso de las habilidades técnicas. | Trabajo específico de habilidades técnicas de los deportes o actividades implicadas. | | |
| Apuntes de la asignatura. | Son actividades voluntarias no evaluables. Pueden utilizar material del departamento durante el recreo, si lo necesitan. Están en el Aula Virtual y el Blog por curso. | | |

| ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN | |
|---|---------------------------------|
| Actividad de evaluación | Fecha |
| <ul style="list-style-type: none"> PRESENTACIÓN TRABAJO TEÓRICO CURSO ANTERIOR. 30% NOTA REALIZACIÓN DE LAS PRUEBAS PRÁCTICAS PERTINENTES AL CURSO NO APROBADO. 70 % NOTA. APROBANDO PRIMERA Y SEGUNDA EVALUACIÓN CURSO ACTUAL. EXAMEN FINAL TEÓRICO (40%) Y PRÁCTICO (60%) DE LA ASIGNATURA DEL CURSO PENDIENTE. <p>LAS DUDAS SERÁN RESUELTA A LO LARGO DEL CURSO EN RECREOS O EN CLASE.</p> | CADA TRIMESTRE |
| | MAYO Fecha determinar Jefatura. |

| ACTUACIONES PARA LA INFORMACIÓN Y COORDINACIÓN | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> Dictamos a los alumnos los criterios de calificación de la asignatura y los procedimientos de recuperación. Tienen que traer la hoja firmada por sus padres. Publicamos y dictamos los correos de Educamadrid de las profesoras para que el alumnado y las familias puedan contactar con nosotros. Publicamos en el Aula Virtual y el blog del Departamento las instrucciones para recuperar la asignatura pendiente, las formas que existen para hacerlo y la Programación Didáctica por si tuvieran dudas. Toda la información sobre pendientes está en el tablón de anuncios del gimnasio. Coordinamos las acciones con Jefatura y tutor del grupo en evaluaciones y por Raices. El Departamento hará seguimiento en las reuniones de noviembre, febrero y mayo. | |

En MADRID, a 4 De Marzo de 2025

EL/LA JEFE/A DEL DEPARTAMENTO

Firmado por M^a Teresa Ruano
Bravo el día 4/03/2025 con un
Fdocertificado emitido por AC
FNMT Usuarios

SR. JEFE DE ESTUDIOS

ESTE PLAN DE REFUERZO QUEDARÁ ADJUNTO A LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE LA MATERIA.

La autenticidad de este documento se puede comprobar en www.madrid.org/csv
mediante el siguiente código seguro de verificación: 696736757291921492660

ANEXO III. RECURSOS DE LA ASIGNATURA PARA DESARROLLAR EL PROYECTO DIGITAL DE CENTRO.

Estos son los enlaces para acceder a nuestros recursos, tanto en el aula virtual como en la página web del instituto sección departamentos.

[Curso: Maite Ruano Bravo \(Educación Física 1º, 2º, 3º, 4º ESO y 1º Bachillerato\) | AulaVirtual \(madrid.org\)](#)

<https://aulavirtual32.educa.madrid.org/ies.ciudaddelosangeles.madrid/mod/url/view.php?id=72440>

[OPTATIVA DEPORTE 1º- 3º-4º- ESO19/20 | educafficialec \(rutaq1.wixsite.com\)](#)

Para trabajar los REA utilizamos esta guía de creación.

[Metodología | Guía de creación de REA para el Proyecto EDIA \(2023\) | Proyecto EDIA \(intef.es\)](#)

Listado de herramientas digitales para que trabajen los alumnos.

Todas ellas son gratuitas.

Efigroid: ayuda a gestionar las actividades de clase mediante su digitalización, mediante el uso del móvil.

[EFIGROID: Educación Física - Aplicaciones en Google Play](#)

Strava: ayuda a realizar un seguimiento de su condición física con actividades aeróbicas mediante los gps de los móviles. Ayuda a los bachilleratos a programar la ruta de los poetas en la sierra.

[strava - Aplicaciones de Android en Google Play](#)

Yuka: herramienta ideal para aprender sobre alimentación saludable y composición de los alimentos

[Yuka - Análisis de productos - Aplicaciones en Google Play](#)

Leverade: ideal para que los bachilleratos puedan organizar actividades en los recreos como parte de la programación.

[LEVERADE | Clupik | LEGEND](#)

Sworkit: muestra al azar circuitos de ejercicios de entrenamiento sin necesidad de equipo deportivo.

[Sworkit Fitness & Workout App on the App Store \(apple.com\)](#)

Madrid, 15 de Octubre de 2025