

ETAPA Y  
NIVEL: 1º  
2º 3º 4º  
de ESO

Curso: 2025-2026

# PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

Materia.

**EDUCACIÓN FÍSICA**

Departamento: Educación Física

---

ÍNDICE		
APARTADO	CONTENIDO	PÁGINA
1	<b>CONSIDERACIONES GENERALES</b>	4
1.1	Marco normativo	4
1.2.	Contextualización	5
2	<b>OBJETIVOS GENERALES DE ETAPA</b>	7
3	<b>COMPETENCIAS CLAVE Y PERFIL DE SALIDA DEL ALUMNADO</b>	8
3.1	Contribución de la materia a la consecución de las competencias clave	9
4	<b>SABERES BÁSICOS, COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>	10
4.1.	Saberes básicos	10
4.2.	Competencias específicas	16
4.3	Descriptorios operativos	21
4.4.	Criterios de evaluación	23
4.5.	Organización de los saberes básicos, competencias específicas, criterios de evaluación y descriptorios operativos	25
4.6.	Secuenciación y temporalización	40
5	<b>METODOLOGÍA</b>	42
5.1.	Orientaciones para facilitar el desarrollo de estrategias metodológicas que permitan trabajar por competencias en el aula	43
5.2.	Orientaciones metodológicas para la enseñanza de la materia de educación física	45
5.3.	Situaciones de aprendizaje.	51
6	<b>MEDIDAS DE INCLUSIÓN EDUCATIVA</b>	54



7	<b>EVALUACIÓN</b>	62
7.1.	Criterios de evaluación	63
7.2.	Instrumentos y procedimientos de evaluación	63
7.3.	Fases de evaluación	66
7.4	Evaluación y calificación del proceso de aprendizaje	66
7.5	Recuperación del proceso de aprendizaje	69
7.6.	Evaluación ordinaria	69
7.7.	Recuperación de la materia de EF pendiente de cursos anteriores	71
7.8	Grado de adquisición de los descriptores operativos de las competencias clave	71
7.9	Evaluación del proceso de enseñanza y de la práctica docente	72
8	<b>MEDIOS DE INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN CON LAS FAMILIAS Y EL ALUMNADO</b>	78
9	<b>PLAN DE LECTURA</b>	79
10	<b>ELEMENTOS TRANSVERSALES</b>	80
11	<b>MATERIALES CURRICULARES Y RECURSOS DIDÁCTICOS</b>	82
11.1	Materiales curriculares y recursos bibliográficos	82
11.2	Recursos materiales	83
11.3	Recursos audiovisuales	84
11.4	Recursos informáticos	84
11.5	Recursos del entorno	85
12	<b>ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS (ESO)</b>	69



## 1. CONSIDERACIONES GENERALES.

Las programaciones didácticas son instrumentos específicos de planificación, desarrollo y evaluación de cada materia, ámbito o módulo del currículo. Serán elaboradas y modificadas, en su caso, por los departamentos de coordinación didáctica, debiendo ser aprobadas por el claustro del profesorado.

Por otro lado, los apartados de esta programación se ajustan a la Orden 118/2022, de 14 de junio, de la Consejería de Educación, Cultura y Deportes, de regulación de la organización y el funcionamiento de los centros públicos que imparten enseñanzas de Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato y Formación Profesional en la comunidad de Castilla-La Mancha (DOCM 22/06/2022).

### 1.1. MARCO NORMATIVO.

El ordenamiento jurídico que nos resulta de aplicación en nuestro ámbito profesional como docentes emana del derecho fundamental a la educación, recogido en el artículo 27 de la Constitución Española de 1978, y que se concreta en la siguiente normativa, ordenada jerárquicamente, en base a los preceptos que enuncia el artículo 9.3 de nuestra carta magna: *(A título de ejemplo y a expensas de la publicación de las disposiciones de desarrollo de la LOMLOE, algunas de las normas jurídicas a considerar son las que se indican).*

- **Ley Orgánica 2/2006**, de 3 de mayo, de Educación 2/2006<sup>1</sup>, BOE de 4 de mayo), modificada por la **Ley Orgánica 3/2020**, de 29 de diciembre, por la que se Modifica la Ley Orgánica de Educación<sup>2</sup> (en adelante LOE-LOMLOE) (BOE de 29 de diciembre).
- **Real Decreto 732/1995**, de 5 mayo, por el que se establecen los derechos y deberos de los alumnos y las normas de convivencia en los centros (BOE de 2 de junio).
- **Real Decreto 217/2022**, de 29 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria (BOE de 30 de marzo).

Toda esta normativa, de carácter básico, se concreta en nuestra Comunidad Autónoma, fundamentalmente, en la legislación que se enuncia a continuación:

- **Ley 7/2010**, de 20 de julio, de Educación de Castilla-La Mancha (en adelante LECM) (DOCM de 28 de julio).
- **Decreto 3/2008**, de 08-01-2008, de la convivencia escolar en Castilla- La Mancha (DOCM de 11 de enero).
- **Decreto 85/2018**, de 20 de noviembre, por el que se regula la inclusión educativa del alumnado en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha (DOCM de 23 de noviembre).
- **Decreto 8/2022**, de 8 de febrero, por el que se regulan la evaluación y la promoción en la Educación Primaria, así como la evaluación, la promoción y la titulación en la Educación Secundaria Obligatoria, el Bachillerato y la Formación Profesional en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha (DOCM de 14 de febrero) *(de aplicación transitoria en los cursos LOE-LOMLOE hasta la publicación de las nuevas órdenes de evaluación).*

<sup>1</sup> En adelante LOE.

<sup>2</sup> En adelante LOMLOE.



- **Decreto 92/2022, de 16 de agosto**, por el que se regula la organización de la orientación académica, educativa y profesional en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha (DOCM de 24 de agosto).
- **Decreto 82/2022, de 12 de julio**, por el que se establece la ordenación y el currículo de Educación Secundaria Obligatoria en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha (DOCM de 14 de julio).
- **Orden 166/2022**, de 2 de septiembre, de la Consejería de Educación, Cultura y Deportes, por la que se regulan los programas de diversificación curricular en la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en Castilla-La Mancha (DOCM de 7 de septiembre).
- **Orden 118/2022, de 14 de junio**, de la Consejería de Educación, Cultura y Deportes, de regulación de la organización y el funcionamiento de los centros públicos que imparten enseñanzas de Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato y Formación Profesional en la comunidad de Castilla-La Mancha (DOCM de 22 de junio).
- **Orden 169/2022, de 1 de septiembre**, de la Consejería de Educación, Cultura y Deportes, por la que se regula la elaboración y ejecución de los planes de lectura de los centros docentes de Castilla-La Mancha (DOCM de 9 de septiembre).

## 1.2. CONTEXTUALIZACIÓN.

El Proyecto Educativo del IES “Parque Lineal” de Albacete integra los principios de no discriminación y de inclusión educativa en sus valores fundamentales, así como el resto de los principios y objetivos recogidos en la Constitución Española y en su desarrollo legal.

Nuestra señas de identidad son: calidad, rigor, cercanía, buen clima de convivencia, plurilingüismo e interculturalidad, apertura al entorno, el Coro del IES “Parque Lineal”, actividades complementarias y extracurriculares, conciencia ambiental y una Formación Profesional de calidad.

En el IES “Parque Lineal” también respondemos a la diversidad: nuestro objetivo es promover el éxito escolar de todo nuestro alumnado. Para ello proporcionamos una educación de calidad, fomentamos el espíritu competencial y la transformación digital, completamos la formación integral de nuestro alumnado en el respeto a la diversidad y fomentamos el diálogo y la mediación.

Contamos también, con un plan digital de centro y este curso vamos a continuar el plan de lectura de centro y a actualizar el PEC.

Por otro lado, En el Departamento de Educación Física existen algunos cambios durante el presente curso entre los que mencionamos la separación en dos departamentos el de departamento de Actividades Físicas y Deportivas y de Educación Física, además:

- ✓ Incorporación de 2 nuevos compañeros al departamento, D<sup>a</sup>. Juana TorneroJiménez, Josefina Martínez Martínez
- ✓ Se continua en la Sección Europea dentro de la EF como Disciplina No Lingüista (DNL) de 2º de ESO y 4º de ESO.



- ✓ Continúa faltando material específico suficiente para que se produzca un proceso de enseñanza-aprendizaje más individualizado y de mayor calidad.
- ✓ De este modo, los miembros del presente Departamento ejercen las siguientes funciones principales:
  - D. Miguel Tortosa Martínez como jefe de departamento y profesor de Educación Física de un segundo y dos cuartos bilingües de ESO; y tutor de 3º ESO, además de dos primeros de Bachillerato
  - D<sup>a</sup> Juana Tornero Jiménez como profesora de tres primeros de ESO, un segundo de ESO, tres cuartos de ESO, un segundo de diversificación, además de dos primeros de bachillerato.
  - D<sup>a</sup> Josefina Martínez Martínez como profesora de tres terceros de ESO, 1º de ESO, dos segundo de ESO.
- **Características de la materia de Educación Física en la ESO.**

La Educación Física en la etapa de Educación Secundaria Obligatoria da continuidad al trabajo realizado en la etapa anterior y a los retos clave que en ella comenzaron a abordarse, que pasan, entre otros, por conseguir que el alumnado consolide un estilo de vida activo, asiente el conocimiento de la propia corporalidad, disfrute de las manifestaciones culturales de carácter motor, integre actitudes ecosocialmente responsables o afiance el desarrollo de todos los procesos de toma de decisiones que intervienen en la resolución de situaciones motrices. Estos elementos contribuyen a que el alumnado sea motrizmente competente, facilitando así su desarrollo integral, puesto que la motricidad constituye un elemento esencial e indisoluble del propio aprendizaje.

Las competencias establecidas en el Perfil de salida del alumnado al término de la enseñanza básica, junto a los objetivos generales de la etapa, han concretado el marco de actuación para definir la serie de competencias específicas de esta materia. Este nuevo elemento curricular se convierte en el referente a seguir para dar forma a la educación física que se pretende desarrollar: más competencial, actual y alineada con los retos del siglo XXI.

Las competencias específicas de la materia de Educación Física recogen y sintetizan estos retos para consolidar un estilo de vida activo y saludable que permita al alumnado perpetuarlo a lo largo de su vida a través de la planificación autónoma y la autorregulación de su práctica física y de todos los componentes que afecten a la salud.

La motricidad se desarrollará en el seno de prácticas motrices con diferentes lógicas internas, con objetivos variados y en contextos de certidumbre e incertidumbre. La resolución de situaciones motrices en diferentes espacios permitirá al alumnado afrontar la práctica motriz con distintas finalidades: lúdica, agonística, funcional, social, expresiva y comunicativa, creativa, catártica o de interacción con el medio urbano y natural.

Para abordar con posibilidades de éxito las numerosas situaciones motrices a las que se verá expuesto el alumnado a lo largo de su vida, será preciso desarrollar de manera integral capacidades de carácter cognitivo y motor, pero también afectivo motivacional, de relaciones interpersonales y de inserción social. De este modo, el alumnado tendrá que aprender a gestionar sus emociones y sus habilidades sociales en contextos variados de práctica motriz.

El alumnado también deberá reconocer y valorar diferentes manifestaciones de la cultura motriz como parte relevante del patrimonio cultural, expresivo y artístico, que podrán convertirse en objeto de disfrute y aprendizaje. Este conocimiento en profundidad deberá dirigirse a comprender, entre otros, el lugar que ocupa el deporte en la sociedad actual, así como sus implicaciones en el ámbito económico, político, social y de la salud como máxima representación de la cultura motriz en la actualidad.



Finalmente, se continuará insistiendo en la necesidad de convivir de manera respetuosa con el medio ambiente y con los seres vivos que habitan en él, desarrollando para ello actividades físico-deportivas en contextos variados y participando en su organización desde planteamientos basados en la conservación y la sostenibilidad.

El grado de desarrollo y consecución de las diferentes competencias específicas de la materia será evaluado a través de los criterios que constituyen el referente para llevar a cabo este proceso. La relación existente entre los criterios de evaluación y los saberes básicos permitirá integrar y contextualizar la evaluación en el seno de las situaciones de aprendizaje a lo largo de la etapa.

De este modo y basándonos en la memoria anual del curso anterior continuaremos trabajando de forma cooperativa y colaborativa, utilizando los recursos TIC que nos ofrece la plataforma “EducamosCLM” y el Ofice365.

## **OBJETIVOS GENERALES DE ETAPA.**

Los **objetivos** son logros que se espera que el alumnado haya alcanzado al finalizar la etapa y cuya consecución está vinculada a la adquisición de las competencias clave.

La materia de Educación física contribuirá a desarrollar en los alumnos y las alumnas todas las capacidades establecidas en los objetivos, destacando de estas, por trabajarse durante más tiempo, aquellas que subrayamos a continuación:

- a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a las demás personas, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.
- b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.
- c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres.
- d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con las demás personas, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, incluidos los derivados por razón de distintas etnias, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.
- e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Desarrollar las competencias tecnológicas básicas y avanzar en una reflexión ética sobre su funcionamiento y utilización.
- f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.
- g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.
- h) Comprender y expresarse en la lengua castellana con corrección, tanto de forma oral, como escrita, utilizando textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.
- l) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada, aproximándose a un nivel A2 del Marco Común Europeo de Referencia de las Lenguas.



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

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

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

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

## COMPETENCIAS CLAVE Y PERFIL DE SALIDA DEL ALUMNADO.

Las **competencias clave** son los desempeños que se consideran imprescindibles para que el alumnado pueda progresar con garantías de éxito en su itinerario formativo, y afrontar los principales retos y desafíos globales y locales. Son la adaptación al sistema educativo español de las competencias clave establecidas en la Recomendación del Consejo de la Unión Europea, de 22 de mayo de 2018, relativa a las competencias clave para el aprendizaje permanente.

Las competencias clave de la ESO son las siguientes:

- a) Competencia en comunicación lingüística (CCL).
- b) Competencia plurilingüe (CP).
- c) Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (STEM).
- d) Competencia digital (CD).
- e) Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA).
- f) Competencia ciudadana (CC).
- g) Competencia emprendedora (CE).
- h) Competencia en conciencia y expresión culturales (CCEC).



### 3.1. CONTRIBUCIÓN DE LA EDUCACIÓN FÍSICA A LA CONSECUCCIÓN DE LAS COMPETENCIAS CLAVE.

Las competencias específicas de la materia de Educación Física han sido diseñadas a partir de los descriptores operativos de las competencias clave en esta etapa, especialmente de las **competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA)**, la **competencia ciudadana (CC)** y la **competencia emprendedora(CE)**, así como de la competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (STEM), y la competencia en conciencia y expresión culturales (CCEC) principalmente.

Con el proceso de enseñanza-aprendizaje que se produce a través de la materia de Educación física, el alumno fortalece el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de objetivos de forma autónoma parahacer eficaz su aprendizaje, también le ayuda a adoptar de forma autónoma un estilo de vida sostenible, atendiendo al bienestar físico y mental propio y de los demás, buscando y ofreciendo apoyo en la sociedad para construir un mundo más saludable, de este modo le capacitará para realizar planificaciones a largo plazo evaluando los propósitos y los procesos de la construcción del conocimiento, relacionando los diferentes campos del mismo para desarrollar procesos autorregulados de aprendizaje que le permitan transmitir ese conocimiento, proponer ideas creativas y resolver problemas con autonomía. Todo esto contribuye, sin duda, a la adquisición de la **Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA)**.

Por otro lado, tanto al practicar actividades físico-deportivas, lúdicas, rítmicas y artísticas, entre otras, se producen adaptaciones autónomas de las capacidades físicas, perceptivo-motrices, coordinativas, así como de las habilidades y destrezas motrices que implican diferentes procesos de percepción, decisión y ejecución, dependiendo de la lógica interna de la actividad. Debiendo resolver diferentes situaciones motrices, tanto funcionales como deportivas o expresivas y recreativas, consolidando así actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a estos desafíos físicos dentro de unas normas éticas y de actuación. Esto es básico para el desarrollo de las **competencias ciudadana (CC) y emprendedora (CE)**.

También, para la adquisición de la **competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (STEM)** son fundamentales todas las actividades que se realizan en el medio natural y urbano, así como las planificaciones y autovaloraciones que se realizan relacionadas con el mantenimiento y la mejora de la salud. Esto conlleva que el alumnado planifique y emprenda acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física y mental, y preservar el medio ambiente y los seres vivos, practicando el consumo responsable, aplicando principios de ética y seguridad para crear valor y transformar su entorno de forma sostenible adquiriendo compromisos como ciudadano en el ámbito local y global. Debe utilizar el pensamiento científico para entender y explicar fenómenos relacionados con la modalidad elegida, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose hipótesis y contrastándolas o comprobándolas mediante



la observación, la experimentación y la investigación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y limitaciones de los métodos empleados.

En cuanto a la competencia en conciencia y expresión culturales (CCEC), por la metodología empleada en materia de Educación Física y sus múltiples trabajos grupales y expresivos, se manifiestan continuamente ideas, opiniones, sentimientos y emociones por medio de producciones culturales y artísticas, integrando su propio cuerpo y desarrollando la autoestima, la creatividad y el sentido del lugar que ocupa en la sociedad, con una actitud empática, abierta y colaborativa.

A continuación se muestran los descriptores operativos de las diferentes competencias clave que conectan con cada una de las cinco competencias específicas de **Educación física**:

	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
<b>CE1</b>	3		2, 5	4	2, 4			
<b>CE2</b>					4, 5		2, 3	
<b>CE3</b>	5				1, 3, 5	3		
<b>CE4</b>						2, 3		1, 2, 3, 4
<b>CE5</b>			5			4	1, 3	

## **SABERES BÁSICOS, COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN.**

### **4.1. SABERES BÁSICOS.**

Los saberes básicos se definen como los conocimientos, destrezas y actitudes que constituyen los contenidos propios de una materia y cuyo aprendizaje es necesario para la adquisición de las competencias específicas.

Los saberes básicos de la materia de Educación Física se organizan en seis bloques. Estos saberes deberán desarrollarse en distintos contextos con la intención de generar situaciones de aprendizaje variadas. Como



consecuencia de ello, se deberá evitar centrar las situaciones de aprendizaje exclusivamente en un único bloque, tratando de integrar saberes de distintas procedencias.

**El bloque titulado «Vida activa y saludable»** aborda los tres componentes de la salud -física, mental y social- a través del desarrollo de relaciones positivas en contextos funcionales de práctica físico-deportiva, rechazando los comportamientos antisociales, discriminatorios o contrarios a la salud que pueden producirse en estos ámbitos.

**El segundo bloque, «Organización y gestión de la actividad física»**, incluye cuatro componentes diferenciados: la elección de la práctica física, la preparación de la práctica motriz, la planificación y autorregulación de proyectos motores y la gestión de la seguridad antes, durante y después de la actividad física y deportiva.

**«Resolución de problemas en situaciones motrices»** es un bloque con un carácter transdisciplinar que aborda tres aspectos clave: la toma de decisiones, el uso eficiente de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad, y los procesos de creatividad motriz. Estos saberes deberán desarrollarse en contextos muy variados de práctica que, en cualquier caso, responderán a la lógica interna de la acción motriz desde la que se han diseñado los saberes: acciones individuales, cooperativas, de oposición y de colaboración- oposición.

**El cuarto bloque, «Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices»**, se centra, por un lado, en que el alumnado desarrolle los procesos dirigidos a regular su respuesta emocional ante situaciones derivadas de la práctica de actividad física y deportiva, y, por otro, incide sobre el desarrollo de las habilidades sociales y el fomento de las relaciones inclusivas y constructivas entre quienes participan en este tipo de contextos motrices.

**El bloque «Manifestaciones de la cultura motriz»** engloba tres componentes: el conocimiento de la cultura motriz tradicional, la cultura artístico-expresiva contemporánea y el deporte como manifestación cultural.

Y, por último, **el bloque «Interacción eficiente y sostenible con el entorno»** incide sobre la interacción con el medio natural y urbano desde una triple vertiente: su uso desde la motricidad, su conservación desde una visión sostenible y su carácter compartido desde una perspectiva comunitaria del entorno.

Por la vital influencia del movimiento en el aprendizaje, se recomienda el desarrollo de distintas situaciones de aprendizaje que incorporen el movimiento como recurso, así como enfoques y proyectos interdisciplinares en la medida en que sea posible. Estas situaciones integrarán procesos orientados a la adquisición de las competencias y deberán enfocarse desde diferentes bloques de saberes, evitando centrarse en uno de manera exclusiva y, simultáneamente, desde la articulación con elementos plurales como las diferentes opciones metodológicas de carácter participativo, modelos pedagógicos, el tipo y la intención de las actividades planteadas, la organización de los grupos, la consolidación de una autoestima positiva en el alumnado o la creación de una conciencia de grupo-clase. Será igualmente importante tener en cuenta la regulación de los procesos comunicativos, el desarrollo de las relaciones interpersonales, la conversión de espacios y materiales en oportunidades de aprendizaje o la transferencia del conocimiento adquirido a otros contextos sociales próximos que permitan comprobar el valor de lo aprendido, aspecto este último clave para una sociedad más justa y equitativa. Todos estos procesos deben establecerse en función de la interrelación de los saberes, el docente, el alumnado y el contexto en el que se aplican; pero, sobre todo, teniendo claro por qué y para qué se utilizan.

De este modo los saberes básicos en Educación Física para la ESO son:

SABERES BÁSICOS: A. *Vida activa y saludable.*



PRIMER y SEGUNDO CURSO	TERCER y CUARTO CURSO
<p>- Salud física: tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el mantenimiento de la postura. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado.</p> <p>- Salud social: efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales. Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, así como de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte.</p> <p>- 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.</p>	<p>- Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación y planificación del entrenamiento. Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares). Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares. Nueva pirámide alimentaria). Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.</p> <p>- Salud social: Suplementación y dopaje en el deporte. Riesgos y condicionantes éticos.</p> <p>- 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.</p>

**SABERES BÁSICOS: B. Organización y gestión de la actividad física.**

PRIMER y SEGUNDO CURSO	TERCER y CUARTO CURSO
<p>- Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación. Deportes individuales. Conocimiento y práctica de modalidades clásicas y nuevas tendencias en la práctica deportiva individual, tales como: el atletismo, running, marcha nórdica u otros. Juegos de estrategia, como pueden ser el castillo, atrapa la bandera y otros, para el aprendizaje de los principios de ataque y defensa y su transferencia a los deportes colectivos. Práctica de situaciones deportivas cooperativas. Deportes de adversario en los que se apliquen, de forma integrada, los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. Los juegos y deportes alternativos, como el kickbol, ringo, datchball u otros, que propicien el desarrollo de</p>	<p>- Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización. Deportes individuales. Conocimiento y práctica de modalidades clásicas y nuevas tendencias en la práctica deportiva individual, tales como: trail, triatlón, marcha nórdica u otros. Juegos de estrategia y su transferencia al aprendizaje de los principios de los deportes colectivos. Deportes colectivos. Deportes de adversario. Propuestas en las que se profundice, de forma integrada, en los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. Los juegos y deportes alternativos, Como el colpbol, goubak, y otros, que permitan el desarrollo de destrezas y habilidades variadas, junto</p>



<p>experiencias grupales mediante situaciones de aprendizaje ajustadas a nuestras potencialidades.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Preparación de la práctica motriz: autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte.</li> <li>- La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.</li> <li>- Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo.</li> </ul> <p>Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.</li> <li>- Actuaciones ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Conducta PAS(proteger, avisar, socorrer). Protocolo 112.</li> </ul> <p>Soporte vital básico (SVB). Normas RICE (rest,ice, compression, elevation).</p>	<p>con la adquisición de valores cooperativos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo.</li> <li>- Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física.</li> <li>- 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.</li> <li>- Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del riesgo de los demás. Medidas colectivas de seguridad.</li> <li>- Actuaciones ante accidentes. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra Heimlich, señales de ictus y similares).</li> </ul>
---	--

SABERES BÁSICOS: <i>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</i>	
PRIMER y SEGUNDO CURSO	TERCER y CUARTO CURSO
<p>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. De limitación 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</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 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.</li> <li>Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una</li> </ul>



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

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.



SABERES BÁSICOS: *D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.*

PRIMER y SEGUNDO CURSO	TERCER y CUARTO CURSO
<ul style="list-style-type: none"> <li>- 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.</li> <li>Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.</li> <li>- Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.</li> <li>- Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo.</li> <li>- Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBI fóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.</li> <li>- Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.</li> <li>- Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.</li> <li>- Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBI fóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.</li> </ul>

SABERES BÁSICOS: *E. Manifestaciones de la cultura motriz.*

PRIMER y SEGUNDO CURSO	TERCER y CUARTO CURSO
------------------------	-----------------------



<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad en Castilla-La Mancha, tales como: billa, calva, seguidilla manchega u otros.</li> <li>- Usos comunicativos de la corporalidad: expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. Técnicas de interpretación.</li> <li>- Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo, tales como: coreografías con combas y montajes de acrogimnasia.</li> <li>- 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.).</li> <li>- Influencia del deporte en la cultura actual: el deporte como fenómeno de masas. Impacto social, aspectos positivos y negativos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.</li> <li>- Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.</li> <li>- Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo. Organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos.</li> <li>- 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.</li> <li>- Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos.</li> </ul>
---	--

**SABERES BÁSICOS: F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.**

PRIMER y SEGUNDO CURSO	TERCER y CUARTO CURSO
------------------------	-----------------------



<ul style="list-style-type: none"> <li>- Normas de uso: respeto a las normas viales en desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible: urbanos y naturales (rutas, grandes rutas, senderos y otras).</li> <li>- La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.</li> <li>- Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (parkour, skate orientación urbana, circuitos de calistenia naturales y otras).</li> <li>- Aproximación al patrimonio histórico y cultural de Castilla-La Mancha mediante pruebas de orientación, geolocalización y descubrimiento: Rally fotográfico u otras.</li> <li>- Iniciación en diversas actividades físico-deportivas de bajo impacto como rastreo, senderismo, marcha nórdica, escalada u otras, que le permitan al alumnado conocer su entorno natural, disfrutar del mismo y ayudar a su cuidado, conservación y mejora.</li> <li>- Aproximación a las herramientas digitales, como medio de adquisición de información y análisis, en la práctica de nuestras actividades.</li> <li>- 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.</li> <li>- Consumo responsable: autoconstrucción de materiales para la práctica motriz.</li> <li>- Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.</li> <li>- Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Normas de uso: respeto a las normas viales en los desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible.</li> <li>- La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.</li> <li>- Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas (crossfit, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia o similares).</li> <li>- Aproximación al patrimonio histórico y cultural de Castilla-La Mancha, mediante pruebas de orientación, geolocalización y descubrimiento, como por ejemplo: adventure lab.</li> <li>- 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.</li> <li>- Aplicación de actividades físico-deportivas en el medio natural tales como: la orientación, el geocaching, carreras de Trail, la bicicleta de montaña o el raid de multiaventura.</li> <li>- Utilidades de las herramientas digitales para facilitar la geolocalización, el registro y seguimiento de actividades, la navegación en entornos naturales no conocidos y la interpretación del entorno.</li> <li>- Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.</li> <li>- Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.</li> <li>- Cuidado del entorno, como servicio a la comunidad, durante la práctica de la actividad física en entornos naturales y urbanos.</li> </ul>
---	---

#### 4.2. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DE EDUCACIÓN FÍSICA.

Las **competencias específicas** son los desempeños que el alumnado debe poder desplegar en actividades o en situaciones cuyo abordaje requiere de los saberes básicos de cada materia. Las competencias específicas constituyen un elemento de conexión entre, por una parte, las competencias clave, y por otra, los saberes básicos de las materias y los criterios de evaluación.



Las competencias específicas de la materia de **Educación Física** han sido diseñadas a partir de los descriptores operativos de las competencias clave en esta etapa, especialmente de la **Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA)**, **la competencia ciudadana (CC)**, **la competencia emprendedora (CE)** y **la competencia en conciencia y expresión culturales (CCEC)**, así como de la competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (STEM), , la competencia en comunicación lingüística (CCL) y la competencia digital (CD).

De este modo, en el caso de la materia Educación Física, las competencias específicas se organizan en cinco ejes nucleares que se relacionan entre sí.

La materia quiere consolidar un estilo de vida activo y saludable, basándose en la evidencia científica para planificar su actividad física individual y conociendo posibles salidas profesionales relacionadas con el ámbito físico y deportivo. Se servirá de la realización de actividades físicas de diversa índole (deportivas, expresivas y recreativas), con diferentes lógicas internas, que haga más autónomo al alumnado y que aumente su capacidad de superación, crecimiento y resiliencia frente a retos de cualquier índole, especialmente motores. En todas ellas es necesario e imprescindible el trabajo del respeto y aceptación de las emociones propias y colectivas que se ponen en juego durante la práctica y organización de actividades físico-deportivas, incorporando la diferencia como un valor añadido y gestionando el éxito y el fracaso, además de rechazar las conductas antideportivas y contrarias a la convivencia. La materia participa en el desarrollo de la cultura motriz y de la expresividad ligada al movimiento, a través de la práctica de actividades de variada naturaleza, valorando la diversidad cultural desde la perspectiva de género y los intereses económicos, políticos y sociales. Todo ello englobado en la búsqueda del desarrollo de un estilo de vida sostenible y responsable en la práctica físico-deportiva que contribuya a la conservación del medio ambiente natural y urbano.

Las **competencias específicas de Educación Física** son:

**Competencia específica:** 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.

**Descriptor del perfil de salida** relacionados a esta competencia: CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4.

La adquisición de esta competencia específica se alcanzará a través de la participación positiva en una variada gama de propuestas físico-deportivas que proporcionarán al conjunto del alumnado un amplio repertorio de herramientas. El conocimiento de estas herramientas y la experimentación con las mismas le permitirá comenzar a gestionar, planificar y autorregular su práctica motriz, así como otros elementos que condicionan la salud, y obtener datos con un valor de autodiagnóstico respecto al grupo de iguales.



Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna la globalidad de la materia de Educación Física, y puede abordarse desde la participación activa, la alimentación saludable, la movilidad activa, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y discriminatorios y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, comenzando por la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención de lesiones o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana. El buen uso de la tecnología debe ser aliada desde un punto de vista transdisciplinar, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.

El buen uso de la tecnología debe ser un aliado desde un punto de vista transdisciplinar en nuestra materia, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.

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

**Descriptores del perfil de salida** relacionados a esta competencia: CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3.

Esta competencia implica tomar decisiones ajustadas a las circunstancias, definir metas, elaborar planes, secuenciar acciones, ejecutar lo planificado, analizar qué ocurre durante el proceso, cambiar de estrategia si es preciso y valorar finalmente el resultado. El bagaje motor que el alumnado de esta etapa posee en estas edades le permitirá anticiparse a las distintas situaciones y adaptar sus habilidades motrices a las exigencias de cada situación. Esta ventaja le permitirá focalizar su atención en aspectos que hasta ahora quedaban en un segundo plano, mejorando y perfeccionando así su ejecución técnico-táctica e identificando los errores más habituales que se dan en cada situación para poder evitarlos. Esto le permitirá incluso avanzar un paso más y planificar, dirigir y supervisar actividades físicas para otras personas, desarrollando funciones de entrenador o técnico.

Como en anteriores etapas, estos aspectos deberán desarrollarse en contextos de práctica muy variados. Entre ellos podrían destacarse los proyectos y montajes relacionados con las combas, los malabares, las actividades acrobáticas o las circenses; los desafíos físicos cooperativos, la dramatización de cuentos motrices y, por supuesto, los deportes. En relación con estos últimos, sin dejar de lado necesariamente los más habituales o



tradicionales y a modo de ejemplo, es posible encontrar distintas manifestaciones según sus características, desde juegos deportivos de invasión (fútbol gaélico, ultimate, lacrosse, entre otros) con o sin oposición regulada, hasta juegos de red y muro (voleibol, frontenis, pickleball, paladós o semejantes), pasando por deportes de campo y bate (rounders, softball, etc.), de blanco y diana (boccia, tiro con arco o similares), de lucha (judo, esgrima u otras modalidades autóctonas de lucha, entre otros) o de carácter individual (skate, orientación, gimnasia deportiva o atletismo y sus modalidades, entre otros), procurando, en la medida de lo posible y según el contexto particular de cada centro, priorizar las manifestaciones más desconocidas para el alumnado o que destaquen por su carácter mixto o inclusivo.

**Competencia específica:** 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

**Descriptor del perfil de salida** relacionados a esta competencia: CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC3.

Esta competencia específica pretende superar las desigualdades y comportamientos incívicos y antidemocráticos que a veces se reproducen en los contextos físico-deportivos. Para ello, por un lado, incide en la gestión personal de las emociones y en el fomento de actitudes de superación, tolerancia a la frustración y manejo del éxito y del fracaso en contextos de práctica motriz. Por otro, en el plano colectivo, implica poner en juego habilidades sociales para afrontar la interacción con las personas con las que se converge en la práctica motriz. Se trata de dialogar, debatir, contrastar ideas y ponerse de acuerdo para resolver situaciones, expresar propuestas, pensamientos y emociones, escuchar activamente y actuar con asertividad. Como consecuencia de ello se plantearán situaciones en las que el alumnado tenga que desempeñar roles diversos relacionados con la práctica física (participante, espectador, árbitro, entrenador, etc.) que ayudarán a analizar y vivenciar las relaciones sociales desde diferentes perspectivas. Además, esta competencia pretende ir un paso más allá en esta etapa, contribuyendo a generalizar y democratizar las prácticas motrices que se practiquen en el centro, así como los espacios de interacción en los que se reproduzcan, fomentando la difusión de manifestaciones deportivas que no están afectadas por estereotipos de género o competencia motriz, como sí ocurre en ocasiones con las más predominantes o extendidas.

**Competencia específica:** 4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.



**Descriptor del perfil de salida** relacionados a esta competencia: CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4.

Esta competencia profundiza en el concepto de la cultura motriz que el alumnado habrá ido construyendo durante las etapas anteriores. Se trata de continuar consolidando la identidad propia a partir de este conocimiento en profundidad que permita analizar y comprender globalmente sus manifestaciones, así como sus factores condicionantes. En esta etapa, además, se pretende que el alumnado comprenda los valores que transmite y que hacen interesante su conservación, ya que en ellos reside la clave de su propia existencia y su principal aportación a la cultura global.

Existen numerosos contextos en los que desarrollar esta competencia. Como en etapas anteriores, la cultura motriz tradicional podría abordarse a través de juegos tradicionales, populares y autóctonos, danzas propias del folklore tradicional, juegos multiculturales o danzas del mundo, entre otros. Para abordar la cultura artístico-expresiva contemporánea, podrían emplearse técnicas expresivas concretas (como la improvisación, la mímica o la pantomima), el teatro (teatro gestual o de máscaras, teatro de sombras, teatro de luz negra, teatro de calle, musical o similares), representaciones más elaboradas (lucha escénica, juegos de rol o actividades circenses, entre otros), o actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo (percusión corporal, bailes, coreografías u otras expresiones semejantes). Además, en esta etapa, estos saberes podrían enriquecerse incorporando a las representaciones elementos de crítica social, emociones o coeducación. Finalmente, en lo que respecta al deporte como manifestación cultural, se podrían llevar a cabo debates y análisis críticos sobre ciertos estereotipos de género presentes en el deporte o sobre la cara oculta del mismo que esconde intereses económicos y políticos ajenos a la salud de las personas o a la sana competición.

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

**Descriptor del perfil de salida** relacionados a esta competencia: STEM5, CC4, CE1, CE3.

La adopción de hábitos respetuosos con el medio ambiente debe consolidarse en esta etapa, continuando con el desarrollo de acciones destinadas a mejorar el mundo desde lo local para contribuir a la sostenibilidad a escala global. Sin embargo, el grado de madurez que alcanzará el alumnado a lo largo de esta etapa le permitirá ir un paso más allá, participando en la organización de actividades en distintos contextos, ya sean naturales o urbanos, que, además de respetar el medio ambiente y a los seres vivos que en él habitan, tratarán de mejorarlo. Este enfoque de responsabilidad ecológica y social, que considera el medio como un bien comunitario, podría dar lugar a la organización de eventos y actividades físico-deportivas benéficas, en la línea de



planteamientos como el aprendizaje- servicio.

De esta forma, en lo que respecta a los entornos urbanos, existen manifestaciones como los circuitos de calistenia, el crossfit, el patinaje, el skate, el parkour o las distintas tipologías de danzas urbanas, entre otros, que se pueden desarrollar en espacios o instalaciones próximos al centro. En lo relativo al medio natural, según la ubicación del centro, sus posibilidades contextuales y la disponibilidad de acceso que tenga a distintos emplazamientos naturales, tanto terrestres como acuáticos, es posible encontrar una variada gama de contextos de aplicación, desde el senderismo, las rutas por vías verdes, la escalada, el rápel, el esquí, el salvamento marítimo, la orientación (también en espacios urbanos), hasta el cicloturismo o las rutas BTT, el franqueamiento de obstáculos o la cabuyería, entre otros; todos ellos afrontados desde la óptica de los proyectos dirigidos a la interacción con el entorno desde un enfoque sostenible, en el que también se incluyen las actividades complementarias y extraescolares tan vinculadas con este tipo de experiencias.

### **4.3. DESCRIPTORES OPERATIVOS DE EDUCACIÓN FÍSICA.**

Los descriptores operativos de Educación Física a los que hemos hecho referencia al principio del apartado anterior son:

CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando y rechazando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.

STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar fenómenos relacionados con la modalidad elegida, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose hipótesis y contrastándolas o comprobándolas mediante la observación, la experimentación y la investigación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y limitaciones de los métodos empleados.

STEM5. Planea y emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física y mental, y preservar el medio ambiente y los seres vivos, practicando el consumo responsable, aplicando principios de ética y seguridad para crear valor y transformar su entorno de forma sostenible adquiriendo compromisos como ciudadano en el ámbito local y global.

CD1. Realiza búsquedas avanzadas comprendiendo cómo funcionan los motores de búsqueda en internet aplicando criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionando los resultados de manera crítica y organizando el almacenamiento de la información de manera adecuada y segura para referenciarla y reutilizarla posteriormente.



CD4. Evalúa riesgos y aplica medidas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente y hace un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.

CPSAA1.1 Fortalece el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de objetivos de forma autónoma para hacer eficaz su aprendizaje.

CPSAA1.2 Desarrolla una personalidad autónoma, gestionando constructivamente los cambios, la participación social y su propia actividad para dirigir su vida.

CPSAA2. Adopta de forma autónoma un estilo de vida sostenible y atiende al bienestar físico y mental propio y de los demás, buscando y ofreciendo apoyo en la sociedad para construir un mundo más saludable.

CPSAA4. Compara, analiza, evalúa y sintetiza datos, información e ideas de los medios de comunicación, para obtener conclusiones lógicas de forma autónoma, valorando la fiabilidad de las fuentes.

CPSAA5. Planifica a largo plazo evaluando los propósitos y los procesos de la construcción del conocimiento, relacionando los diferentes campos del mismo para desarrollar procesos autorregulados de aprendizaje que le permitan transmitir ese conocimiento, proponer ideas creativas y resolver problemas con autonomía.

CC1. Analiza hechos, normas e ideas relativas a la dimensión social, histórica, cívica y moral de su propia identidad, para contribuir a la consolidación de su madurez personal y social, adquirir una conciencia ciudadana y responsable, desarrollar la autonomía y el espíritu crítico, y establecer una interacción pacífica y respetuosa con los demás y con el entorno.

CC3. Adopta un juicio propio y argumentado ante problemas éticos y filosóficos fundamentales y de actualidad, afrontando con actitud dialogante la pluralidad de valores, creencias e ideas, rechazando todo tipo de discriminación y violencia, y promoviendo activamente la igualdad y corresponsabilidad efectiva entre mujeres y hombres.

CC4. Analiza las relaciones de interdependencia y ecodependencia entre nuestras formas de vida y el entorno, realizando un análisis crítico de la huella ecológica de las acciones humanas, y demostrando un compromiso ético y ecosocialmente responsable con actividades y hábitos que conduzcan al logro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible y la lucha contra el cambio climático.

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



CE2. Evalúa y reflexiona sobre las fortalezas y debilidades propias y las de los demás, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, interioriza los conocimientos económicos y financieros específicos y los transfiere a contextos locales y globales, aplicando estrategias y destrezas que agilicen el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios, que lleven a la acción una experiencia o iniciativa emprendedora de valor.

CE3. Lleva a cabo el proceso de creación de ideas y soluciones innovadoras y toma decisiones, con sentido crítico y ético, aplicando conocimientos técnicos específicos y estrategias ágiles de planificación y gestión de proyectos, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para elaborar un prototipo final de valor para los demás, considerando tanto la experiencia de éxito como de fracaso, una oportunidad para aprender.

CCEC1. Reflexiona, promueve y valora críticamente el patrimonio cultural y artístico de cualquier época, contrastando sus singularidades y partiendo de su propia identidad, para defender la libertad de expresión, la igualdad y el enriquecimiento inherente a la diversidad.

#### **4.4. CRITERIOS DE EVALUACIÓN.**

Los **criterios de evaluación** son los referentes que indican los niveles de desempeño que se pretende que desarrolle el alumnado, en un momento concreto de su proceso de aprendizaje, mediante las situaciones y las actividades a las que se refieren las competencias específicas de cada materia.

Los **criterios de evaluación** son los referentes para la evaluación de la materia, pero también para la evaluación y comprobación conjunta, a través de ellos, del logro de los objetivos de la etapa y del grado de desarrollo y adquisición de las competencias.

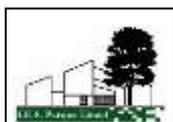
No es necesario trabajar todos los criterios de evaluación en todas las evaluaciones. El alumnado tiene todo el curso escolar para adquirir los aprendizajes descritos en estos criterios y para alcanzar el grado de desarrollo y adquisición de las competencias.

Los aprendizajes contenidos en los criterios de evaluación podrán distribuirse a lo largo de todo el curso escolar, en función de la temporalización que hayamos establecido en la programación didáctica.

De esta manera, habrá algunos criterios de evaluación que se trabajen con el alumnado de manera completa en uno o varios momentos del curso, otros que se traten a lo largo de todo el curso de manera parcial, otros que se trabajen puntualmente en determinadas situaciones de aprendizaje, etc. En todo caso, el profesorado deberá programar de manera que, cuando finalice el curso, todos los aprendizajes incluidos en los criterios de evaluación de la asignatura de **Educación Física** hayan sido impartidos.



Definidos estos elementos del currículo, es importante reseñar que los saberes básicos, las competencias específicas y los criterios de evaluación se relacionen entre sí, teniendo en cuenta lo contemplado en el anexo II del citado Decreto 83/2022, de 12 de julio. Además, cada una de las competencias específicas debe conectarse con sus descriptores operativos, lo que permitirá obtener el perfil competencial del alumnado.



**4.5. Organización de los saberes básicos, competencias específicas, criterios de evaluación y descriptores operativos de Educación Física.**

Referente: Decreto 82/2022, de 12 de julio, por el que se establece la ordenación y el currículo de Educación Secundaria Obligatoria en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha.

**1º y 2º ESO**

Competencias específicas	PESO RELATIVO	Descriptores del perfil de salida	PESO RELATIVO	Criterios de evaluación	INSTR.EVAL	PESO ASIGNADO	Saberes Básicos
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.	30%	CCL3 STEM2 STEM5 CD4 CPSAA2 CPSAA4	5 5 5 5 5 5	1.1 Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal.	Análisis de producciones / Planilla de observación / Escala de verificación (testCF) / Examen	5%	Tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. 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. Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Propuestas lúdicas como recurso didáctico.
				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.			Análisis de producciones / Planilla de observación / Examen.



		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.	<b>Examen / Planilla de observación.</b>	5%	Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.
		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.	<b>Análisis de producciones. Planilla de observación / Exposición, trabajo realizado y debate.</b>	5%	Actuaciones ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Conducta PAS (proteger, avisar, socorrer). Protocolo 112. Soporte vital básico (SVB). Normas RICE (rest, ice, compression, elevation).
		1.5 Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.	<b>Análisis de producciones / Planilla de observación / Exposición, trabajo realizado y debate.</b>	5%	Salud social: efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales. Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, así como de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte. 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.
		1.6 Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como los riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.	<b>Análisis de producciones.</b>	5%	Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. Aproximación a las herramientas digitales, como medio de adquisición de información y análisis, en la práctica de nuestras actividades.



Competencias específicas	PESO RELATIVO	Descriptor del perfil de salida	PESO RELATIVO	Criterios de evaluación	INSTR.EVAL	PESO ASIGNADO	Saberes Básicos
2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	28%	CPSAA4 CPSAA5 CE2 CE3	7 7 7 7	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.	Análisis de producciones / Escalas de observación.	6%	Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.
				2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o de la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.	Análisis de producciones / Escalas de observación / Examen	16%	Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas. Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación. Deportes individuales. Conocimiento y práctica de modalidades clásicas y nuevas tendencias en la práctica deportiva individual, tales como: el atletismo, running, marcha nórdica u otros. Juegos de estrategia, como pueden ser el castillo, atrapa la bandera y otros, para el aprendizaje de los principios de ataque y defensa y su transferencia a los deportes colectivos. Práctica de situaciones deportivas cooperativas. Deportes de adversario en los que se apliquen, de forma integrada, los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. Los juegos y deportes alternativos, como el kickbol, ringo, datchball u otros, que propicien el desarrollo de experiencias grupales mediante situaciones de aprendizaje



						ajustadas a nuestras potencialidades. Preparación de la práctica motriz: autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte.
			2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.	<b>Análisis de producciones / Escalas de observación / Examen</b>	<b>6%</b>	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. 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. 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. Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.



Competencias específicas	PESO RELATIVO	Descriptor del perfil de salida	PESO RELATIVO	Criterios de evaluación	INSTR.EVAL.	PESO ASIGNADO	Saberes Básicos
3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	18%	CCL5 CPSAA1 CPSAA3 CPSAA5 CC3	3 4 4 4 3	3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.	Escala de observación / Análisis de producciones / Exposición	6%	Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo. Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas. 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.
				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.	Escala de observación / Análisis de producciones / Exposición	6%	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.
				3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	Escala de observación / Análisis de producciones / Exposición y debate	6%	Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, autónoma, saludable y segura. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBI fóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.



Competencias específicas	PESO RELATIVO	Descriptores del perfil de salida	PESO RELATIVO	Criterios de evaluación	INSTR.EVAL.	PESO ASIGNADO	Saberes Básicos
4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.	12%	CC2 CC3 CCEC1 CCEC2 CCEC3 CCEC4	2 2 2 2 2 2	4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artísticas expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.	<b>Escala de observación / Análisis de producciones / Exposición y debate / Examen</b>	4%	Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad en Castilla-La Mancha, tales como: billa, calva, seguidilla manchega u otros. Usos comunicativos de la corporalidad: expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. Técnicas de interpretación. Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo, tales como: coreografías con combas y montajes de acrogimnasia.
				4.2 Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones.	<b>Escala de observación / Análisis de producciones / Exposición y debate / Examen</b>	4%	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.
				4.3 Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.	<b>Escala de observación</b>	4%	Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo, tales como: coreografías con combas y montajes de acrogimnasia.



Competencias específicas	PESO RELATIVO	Descriptores del perfil de salida	PESO RELATIVO	Criterios de evaluación	INSTR.EVAL.	PESO ASIGNADO	Saberes Básicos
5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.	12%	STEM5 CC4 CE1 CE3	3 3 3 3	5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.	Escala de observación / Análisis de producciones.	6%	La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (parkour, skate orientación urbana, circuitos de calistenia naturales y otras). Aproximación al patrimonio histórico y cultural de Castilla-La Mancha mediante pruebas de orientación, geolocalización y descubrimiento: Rally fotográfico u otras. Iniciación en diversas actividades físico-deportivas de bajo impacto como rastreo, senderismo, marcha nórdica, escalada u otras, que le permitan al alumnado conocer su entorno natural, disfrutar del mismo y ayudar a su cuidado, conservación y mejora.
				5.2 Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.			Escala de observación / Análisis de producciones / Examen.
Competencias específicas	PESO RELATIVO	Descriptores del perfil de salida	PESO RELATIVO	Criterios de evaluación	PESO ASIGNADO		
<b>TOTAL</b>	<b>100%</b>		<b>100%</b>		<b>100%</b>		



3º y 4ºESO

Competencias específicas	PESO RELATIVO	Descriptores del perfil de salida	PESO RELATIVO	Criterios de evaluación	INSTR.EVAL	PESO ASIGNADO	Saberes Básicos
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.	30%	CCL3 STEM2 STEM5 CD4 CPSAA2 CPSAA4	5 5 5 5 5 5	1.1 Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.	Análisis de producciones / Planilla de observación / Escala de verificación (testCF) / Examen	5%	Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento. Control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico.
				1.2 Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	Análisis de producciones / Planilla de observación / Examen.	5%	Autorregulación y planificación del entrenamiento. Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares). Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares. Nueva pirámide alimentaria).



<p>1.3 Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.</p>	<p><b>Examen / Planilla de observación.</b></p>	<p>5%</p>	<p>Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física. Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del riesgo de los demás. Medidas colectivas de seguridad. Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física.</p>
<p>1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.</p>	<p><b>Análisis de producciones. Planilla de observación / Exposición, trabajo realizado y debate.</b></p>	<p>5%</p>	<p>Actuaciones ante accidentes. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).</p>
<p>1.5 Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.</p>	<p><b>Análisis de producciones / Planilla de observación / Exposición, trabajo realizado y debate.</b></p>	<p>5%</p>	<p>Suplementación y dopaje en el deporte. Riesgos y condicionantes éticos. 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.</p>



			1.6 Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte.	<b>Análisis de producciones.</b>	<b>5%</b>	Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. Utilidades de las herramientas digitales para facilitar la geolocalización, el registro y seguimiento de actividades, la navegación en entornos naturales no conocidos y la interpretación del entorno
--	--	--	--	----------------------------------	-----------	--

Competencias específicas	PESO RELATIVO	Descriptor del perfil de salida	PESO RELATIVO	Criterios de evaluación	INSTR.EVAL	PESO ASIGNADO	Saberes Básicos
2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas,	28%	CPSAA4	7	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.	<b>Análisis de producciones / Escalas de observación.</b>	6%	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.
		7 CE2 CE3	7 7	2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.	<b>Análisis de producciones / Escalas de observación / Examen</b>	16%	Deportes individuales. Conocimiento y práctica de modalidades clásicas y nuevas tendencias en la práctica deportiva individual, tales como: trail, triatlón, marcha nórdica u otros. Juegos de estrategia y su transferencia al aprendizaje de los principios de los deportes colectivos. Deportes colectivos. Deportes de adversario. Propuestas en las que se profundice, de forma integrada, en los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. Los juegos y deportes alternativos, como el colpbol,



y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

goubak, y otros, que permitan el desarrollo de destrezas y habilidades variadas, junto con la adquisición de valores cooperativos. 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. Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.



			2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.	<b>Análisis de producciones / Escalas de observación / Examen</b>	<b>6%</b>	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. Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible a través de los recursos disponibles.
--	--	--	---	---	-----------	---

Competencias específicas	PESO RELATIVO	Descriptores del perfil de salida	PESO RELATIVO	Criterios de evaluación	INSTR.EVAL.	PESO ASIGNADO	Saberes Básicos
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	<b>18%</b>	<b>CCL5 CPSAA1 CPSAA3 CPSAA5 CC3</b>	<b>3 4 4 4 3</b>	3.1 Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.	<b>Escala de observación / Análisis de producciones / Exposición</b>	<b>6%</b>	Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.



reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.			3.2 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	<b>Escala de observación / Análisis de producciones / Exposición</b>	<b>6%</b>	Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización. Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo.
			3.3 Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	<b>Escala de observación / Análisis de producciones / Exposición y debate</b>	<b>6%</b>	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. 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.

Competencias específicas	PESO RELATIVO	Descriptores del perfil de salida	PESO RELATIVO	Criterios de evaluación	INSTR.EVAL.	PESO ASIGNADO	Saberes Básicos
4. Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen	12%	CC2 CC3 CCEC1 CCEC2 CCEC3 CCEC4	2 2 2 2 2 2	4.1 Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas	<b>Escala de observación / Análisis de producciones / Exposición y debate / Examen</b>	<b>4%</b>	Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural. Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos.



el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.				manifestaciones e intereses económico-políticos.			
				4.2 Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico deportivo.	<b>Escala de observación / Análisis de producciones / Exposición y debate / Examen</b>	<b>4%</b>	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.
				4.3 Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.	<b>Escala de observación</b>	<b>4%</b>	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.
<b>Competencias específicas</b>	<b>PESO RELATIVO</b>	<b>Descriptores del perfil de salida</b>	<b>PESO RELATIVO</b>	<b>Criterios de evaluación</b>	<b>INSTR.EVAL.</b>	<b>PESO ASIGNADO</b>	<b>Saberes Básicos</b>



<p>5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.</p>	<p>12%</p>	<p><b>STEM5</b> <b>CC4</b> <b>CE1</b> <b>CE3</b></p>	<p><b>3</b> <b>3</b> <b>3</b> <b>3</b></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, siendo conscientes de su huella ecológica, y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.</p>	<p><b>Escala de observación / Análisis de producciones.</b></p>	<p><b>6%</b></p>	<p>La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. Cuidado del entorno, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos. Aplicación de actividades físico-deportivas en el medio natural tales como: la orientación, el geocaching, carreras de Trail, la bicicleta de montaña o el raid de multiaventura. Aproximación al patrimonio histórico y cultural de Castilla-La Mancha, mediante pruebas de orientación, geolocalización y descubrimiento, como por ejemplo: adventure lab.</p>
				<p>5.2 Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.</p>			<p><b>Escala de observación / Análisis de producciones / Examen.</b></p>
<p><b>Competencias específicas</b></p>	<p><b>PESO RELATIVO</b></p>	<p><b>Descriptores del perfil de salida</b></p>	<p><b>PESO RELATIVO</b></p>	<p><b>Criterios de evaluación</b></p>	<p><b>PESO ASIGNADO</b></p>		
<p><b>TOTAL</b></p>	<p><b>100%</b></p>		<p><b>100%</b></p>		<p><b>100%</b></p>		



### 4.6. SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN.

Una vez que se han relacionado los criterios de evaluación con los diferentes saberes básicos entre otras cosas, pasamos a relacionar esos criterios con las diferentes unidades didácticas.

De este modo, la secuenciación y temporalización de las diferentes unidades didácticas quedará de la siguiente manera:

#### 1º ESO

NÚMERO DE SESIONES		SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN DE LAS SITUACIONES DE APRENDIZAJE									
1a evaluación. 21	8	CFYS	CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD I								
	8	COOP-OP	Iniciación a los juegos-deportes de Coop-Oposición, datchball, colpbol,kickball, y atletismo								
	4	OR	ORIENTACIÓN NATURAL Y URBANA								
2a evaluación. 24	6	ALT	JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS Palas, RINGO								
	6	COOR	¿NOS COORDINAMOS? Malabares, combas								
	6	CD	CANCHA DIVIDIDA bádminton								
Evaluación final. 26	3	EC	EXPRESIÓN CORPORAL								
	6	ByC	BATE Y CAMPO Iniciación kickball/futbeisbol								
	6	INV	INVASIÓN balonmano								
	3	DA	COLPBOL								
ATEMPORALES		CyVC	CALENTAMIENTO Y VUELTA A LA CALMA								
		OSyPA	OCIO SALUDABLE Y PRIMEROS AUXILIOS								

#### 2º ESO

NÚMERO DE SESIONES		SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN DE LAS SITUACIONES DE APRENDIZAJE									
1a evaluación. 21	8	CFYS	CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD II								
	4	OR	ORIENTACIÓN II								
	7	BASKET	INICIACIÓN AL BALONCESTO I								
2a evaluación. 24	8	COOR	¿NOS COORDINAMOS? Recordar malabares, combas <b>individuales e iniciación a las colectivas</b>								
	7	VOLEY	INICIACIÓN AL VOLEIBOL I								
	6	EC	EXPRESIÓN. DANZAS DEL MUNDO								
Evaluación final. 26	1		Senderismo/marcha nórdica								
	6	ALT	JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS datchball								
	7	JT	JUEGOS TRADICIONALES Y AUTÓCTONOS								
	6	DA	INICIACIÓN AL SOFTBALL								
ATEMPORALES		CyVC	CALENTAMIENTO Y VUELTA A LA CALMA								
		OSyPA	OCIO SALUDABLE Y PRIMEROS AUXILIOS								



**3º ESO**

NÚMERO DE SESIONES		SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN SITUACIONES DE APRENDIZAJE																
1a evaluación. 21	8	CFYS	CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD III															
	7	BM	BALONMANO II															
	7	DR	DEPORTES DE RAQUETA BÁDMINTON II															
2a evaluación. 24	7	ALT	JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS ultimate y floorball															
	6	RUG	RUGBY adaptado															
	7	HG	Iniciación a la acrogimnasia															
Evaluación final. 26		EC	EXPRESIÓN CORPORAL II															
	8	F-S	FÚTBOL-SALA															
	5	ESC	Iniciación al Pickleball															
	6	DA	DESPLAZAMIENTOS ACTIVOS III															
ATEMPORALES		CyVC	CALENTAMIENTO Y VUELTA A LA CALMA III															
		OSyPA	OCIO SALUDABLE Y PRIMEROS AUXILIOS III															

**4º ESO**

NÚMERO DE SESIONES		SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN DE LAS SITUACIONES DE APRENDIZAJE																
1a evaluación. 21	8	CFYS	CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD IV															
	3	OR	ORIENTACIÓN NATURAL Y URBANA orientteering y bosque															
	7	VO	VOLEIBOL II															
2a evaluación. 24	5	TOR	TORNEOS															
	7	BC	BALONCESTO II															
	8	CD	BAILES LATINOS/ DANZAS DEL MUNDO															
Evaluación final. 26	4	ALT	DEPORTES ALTERNATIVOS KINBALL/GOUBAK															
	7	ALT	BASEBALL SOFTBALL/ FÚTBOL GAÉLICO															
	10	ACR	ACROGIMNASIA															
		DA	Desplazamientos activos															
ATEMPORALES		CyVC	CALENTAMIENTO Y VUELTA A LA CALMA															
		OSyPA	OCIO SALUDABLE Y PRIMEROS AUXILIOS															





## METODOLOGÍA.

La **metodología** debe concretar tareas (situaciones de aprendizaje), estrategias y técnicas para el desarrollo del proceso de enseñanza y aprendizaje, con diferentes modelos de agrupamientos y espacios, diseño de tareas que tengan en cuenta la participación del alumno (trabajos de investigación, presentación de temas por el alumno, búsqueda de información, trabajo por proyectos, etc.), y los materiales y recursos didácticos a utilizar, incluyendo los recursos digitales.

En la Educación Secundaria Obligatoria el profesor se convierte en eje fundamental, pues debe ser capaz de crear un ambiente en el aula que invite a investigar, a aprender, a realizar tareas o situaciones de aprendizaje que posibiliten la resolución de problemas, la aplicación de los conocimientos aprendidos y la promoción de la actividad de los estudiantes. El papel del profesor es ser guía o acompañante del alumnado, dejando de ser el protagonista del aprendizaje, para pasar a ser mediador entre el alumnado y el aprendizaje.

### 5.1. ORIENTACIONES PARA FACILITAR EL DESARROLLO DE ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS QUE PERMITAN TRABAJAR POR COMPETENCIAS EN EL AULA

Los métodos didácticos han de elegirse en función de lo que se sabe que es **óptimo** para alcanzar las metas propuestas y en función de los **condicionantes** en los que tiene lugar la enseñanza.

La naturaleza de la materia, las condiciones socioculturales, la disponibilidad de recursos y las características de los alumnos y alumnas condicionan el proceso de enseñanza-aprendizaje, por lo que será necesario que el método seguido por el profesor se ajuste a estos **condicionantes** con el fin de propiciar un aprendizaje competencial en el alumnado.

Los métodos deben partir de la perspectiva del docente como orientador, promotor y facilitador del **desarrollo competencial** en el alumnado; además, deben enfocarse a la realización de **tareas o situaciones-problema**, planteadas con un objetivo concreto, que el alumnado debe resolver haciendo un uso adecuado de los distintos tipos de conocimientos, destrezas, actitudes y valores; asimismo, deben tener en cuenta la **atención a la diversidad** y el respeto por los distintos ritmos y estilos de aprendizaje mediante prácticas de trabajo individual y cooperativo.

En el actual proceso de inclusión de las competencias como elemento esencial del currículo, es preciso señalar que cualquiera de las metodologías seleccionadas por los docentes para favorecer el desarrollo competencial de los alumnos y alumnas debe ajustarse al nivel competencial inicial de estos. Además, es necesario **secuenciar** la enseñanza de tal modo que se parta de aprendizajes más simples para avanzar gradualmente hacia otros más complejos.



Uno de los elementos clave en la enseñanza por competencias es despertar y mantener la **motivación** hacia el aprendizaje en el alumnado, lo que implica un nuevo planteamiento del papel del alumno, **activo y autónomo**, consciente de ser el responsable de su aprendizaje.

Los métodos docentes deberán favorecer la motivación por aprender en los alumnos y alumnas y, a tal fin, los profesores han de ser capaces de generar en ellos la **curiosidad** y la **necesidad** por adquirir los conocimientos, las destrezas y las actitudes y valores presentes en las competencias. Asimismo, con el propósito de mantener la motivación por aprender es necesario que los profesores procuren todo tipo de **ayudas** para que los estudiantes comprendan lo que aprenden, sepan para qué lo aprenden y sean capaces de usar lo aprendido en distintos contextos dentro y fuera del aula.

Para potenciar la motivación por el aprendizaje de competencias se requieren, además, **metodologías activas y contextualizadas**. Aquellas que faciliten la **participación e implicación** del alumnado y la adquisición y uso de conocimientos en situaciones reales, serán las que generen aprendizajes más transferibles y duraderos.

Las metodologías activas han de apoyarse en **estructuras de aprendizaje cooperativo**, de forma que, a través de la resolución conjunta de las tareas, los miembros del grupo conozcan las estrategias utilizadas por sus compañeros y puedan aplicarlas a situaciones similares.

Para un proceso de enseñanza-aprendizaje competencial las **estrategias interactivas** son las más adecuadas, al permitir compartir y construir el conocimiento y dinamizar la sesión de clase mediante el intercambio verbal y colectivo de ideas. Las metodologías que contextualizan el aprendizaje y favorecen la participación activa, la experimentación y un aprendizaje funcional que va a facilitar el desarrollo de las competencias, así como la motivación de los alumnos y alumnas al contribuir decisivamente a la transferibilidad de los aprendizajes son, entre otros:

- El aprendizaje por proyectos.
- Los centros de interés.
- El estudio de casos.
- El aprendizaje basado en problemas.

El **trabajo por proyectos**, especialmente relevante para el aprendizaje por competencias, se basa en la propuesta de un plan de acción con el que se busca conseguir un determinado resultado práctico.



Esta metodología pretende ayudar al alumnado a organizar su pensamiento favoreciendo en ellos la reflexión, la crítica, la elaboración de hipótesis y la tarea investigadora a través de un proceso en el que cada uno asume la responsabilidad de su aprendizaje, aplicando sus conocimientos y habilidades a proyectos reales. Se favorece, por tanto, un aprendizaje orientado a la acción en el que se integran varias áreas o materias: los estudiantes ponen en juego un conjunto amplio de conocimientos, habilidades o destrezas y actitudes personales, es decir, los elementos que integran las distintas competencias.

Asimismo, resulta recomendable el uso del **portfolio**, que aporta información extensa sobre el aprendizaje del alumnado, refuerza la evaluación continua y permite compartir resultados de aprendizaje. El portfolio es una herramienta motivadora para el alumnado que potencia su autonomía y desarrolla su pensamiento crítico y reflexivo.

La **selección y uso de materiales y recursos didácticos** constituye un aspecto esencial de la metodología. El profesorado debe implicarse en la elaboración y diseño de diferentes tipos de materiales, adaptados a los distintos niveles y a los diferentes estilos y ritmos de aprendizaje de los alumnos y alumnas, con el objeto de atender a la diversidad en el aula y personalizar los procesos de construcción de los aprendizajes. Se debe potenciar el uso de una variedad de materiales y recursos, considerando especialmente la integración de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de enseñanza-aprendizaje que permiten el acceso a recursos virtuales.

Finalmente, es necesaria una adecuada **coordinación** entre los docentes sobre las **estrategias metodológicas y didácticas que se utilicen**. Los equipos educativos deben plantearse una reflexión común y compartida sobre la eficacia de las diferentes propuestas metodológicas con criterios comunes y consensuados. Esta coordinación y la existencia de estrategias conexas permiten abordar con rigor el tratamiento integrado de las competencias y progresar hacia una construcción colaborativa del conocimiento.

## 5.2. ORIENTACIONES METODOLÓGICAS PARA LA ENSEÑANZA DE LA MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA

Las características y los conocimientos previos del alumnado y las peculiaridades de la materia y de los contenidos tratados en cada caso, son elementos que deberán ser tenidos en cuenta a la hora de aplicar la amplia variedad de recursos metodológicos presentes en la Educación Física. Esta aplicación no será nunca producto de la improvisación, sino que supondrá el resultado de un proceso de reflexión en el que se tendrá en cuenta la correspondencia entre las distintas fases del aprendizaje y la evolución del alumnado.

La diversidad de situaciones de aprendizaje presentes en la Educación Física no recomienda la utilización de una sola metodología, de tal forma que la adecuada combinación de las mismas es la que propiciará los mejores



resultados. Es por esto que el docente deberá contar con un amplio repertorio de recursos didácticos que den respuesta a las distintas situaciones planteadas en cada caso.

Partiendo del hecho de que el verdadero protagonismo en las clases de Educación Física lo tiene el alumnado y su proceso de aprendizaje, se priorizarán aquellos planteamientos metodológicos en los que el discente asuma un papel activo y que promuevan su participación en el proceso pedagógico, así como los que le impliquen cognitivamente y estimulen en el mismo procesos de búsqueda y de resolución de problemas, lo que generará aprendizajes de mayor calidad y mantenidos en el tiempo. En este sentido, aparte de continuar con las metodologías que hasta ahora se han venido utilizando, sería adecuado contemplar la incorporación de propuestas metodológicas que aportarán nuevos planteamientos en el desarrollo de los aprendizajes, consiguiendo en muchos casos altas dosis de motivación por parte de los alumnos y las alumnas. Es el caso de la enseñanza comprensiva, el modelo de educación deportiva o el aprendizaje cooperativo, entre otros.

En este contexto los aprendizajes serán significativos y funcionales, de manera que el alumnado encuentre sentido y aplicación a lo que aprende. Se fomentarán además actitudes de reflexión y análisis sobre el propio proceso de adquisición de los distintos conocimientos y destrezas, lo que posibilitará la adquisición de una progresiva autonomía que, llegado el momento, hará posible la gestión de su propia práctica física.

En este mismo sentido, el planteamiento de contenidos se realizará teniendo en cuenta los intereses del alumnado, presentando los mismos de forma atractiva y utilizando los recursos de comunicación apropiados que hagan que los alumnos y alumnas se sientan motivados a adquirirlos.

Las actividades propuestas en clase y sus grados de complejidad tendrán la suficiente variedad como para atender a los distintos ritmos de aprendizaje presentes en el aula y tendrán como punto de partida el nivel de desarrollo de los alumnos, buscando, además, que contribuyan a la mejora de las competencias clave.

Los retos planteados deberán ser alcanzables para el alumnado, permitiendo, a través de las adecuadas adaptaciones, la consecución de las metas establecidas. Se conseguirán, de esta manera, procesos de aprendizaje más motivadores y satisfactorios, algo que, sin duda, generará actitudes positivas hacia la materia, favoreciendo de esta forma la adherencia de nuestros alumnos y alumnas a la práctica física. Estas consideraciones adquieren especial importancia en el caso de los deportes, ya que las limitaciones técnicas impiden en muchas ocasiones una participación plena en este tipo de actividades.

Destacar la importancia de que los aprendizajes, especialmente los deportivos, se realicen dentro de un contexto, que podrá ser de distinto tipo, desde situaciones en las que únicamente se tengan que controlar los propios movimientos, hasta en las que se debe responder a estímulos externos de oposición y coordinarse con los compañeros para conseguir el objetivo de la acción motriz.



Aunque algunos de los aprendizajes deberán tener una fundamentación teórica, la Educación Física tiene un carácter eminentemente práctico, por lo que se intentará que el tiempo de práctica física sea el mayor posible, utilizando los recursos didácticos que favorezcan este hecho y gestionando la organización de materiales e instalaciones, de forma que el proceso se vea optimizado. Por otro lado, si atendemos a las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud en referencia al tiempo de práctica de actividad física diario, es evidente que las dos horas de asignación semanal disponibles en Educación Física son insuficientes para cumplir este objetivo. Teniendo en cuenta esto y el hecho de que una de las finalidades de la materia es la de crear hábitos de vida saludables y duraderos, se intentará que las actividades realizadas en clase no se mantengan sólo en el entorno escolar sino que pasen a formar parte del repertorio de posibilidades de utilización en el tiempo de ocio de los alumnos y alumnas. De igual forma se promocionará la participación del alumnado en aquellas iniciativas institucionales que promuevan los estilos de vida saludables y activos.

Aprovechando el que algunos de los contenidos de la Educación Física guardan una estrecha relación con los que se trabajan en otras materias, se plantearán propuestas conjuntas de adquisición de aprendizajes favoreciendo de esta forma la interdisciplinariedad.

Las formas de organización de la clase y del grupo serán variadas y flexibles en función de las circunstancias de aprendizaje, aunque se concederá especial importancia a las situaciones que favorezcan los factores de participación y socialización, promoviendo además aprendizajes de tipo cooperativo.

Las características de la Educación Física convierten esta materia en un entorno propicio para el desarrollo de valores personales y sociales. El profesor tratará de que estos principios de actuación estén muy presentes en el desarrollo de las distintas actividades y en su práctica docente, debiendo tener muy en cuenta que su comportamiento es uno de los principales elementos en la transmisión de valores a los alumnos. En este sentido, se prestará especial atención en erradicar cualquier tipo de estereotipo o prejuicio, fomentando la aceptación y la participación de todos y todas, independientemente de sus características, contribuyendo así de forma clara a la consecución de los elementos transversales.

En cuanto a la evaluación, estará presente en todo el proceso de enseñanza-aprendizaje y será de carácter formativo y, aunque cumplirá su función de verificación de los logros obtenidos, también orientará el aprendizaje del alumnado potenciando los éxitos, valorando el esfuerzo además de los resultados y corrigiendo los aspectos que deban ser mejorados, no utilizándose nunca como un elemento sancionador. Se tratará de conseguir que sea un proceso en el que el alumno tome parte activa, a través de experiencias de autoevaluación y de situaciones de reflexión crítica sobre sus desempeños.



El profesor deberá actuar en todo momento como guía y facilitador del aprendizaje de sus alumnos, creando las condiciones adecuadas para tal fin y prestando atención constante al proceso de aprendizaje de los mismos, de forma que le permita orientar y ajustar los recursos metodológicos en función de las situaciones que vayan surgiendo, con el fin de alcanzar los resultados deseados. La actitud del docente adquiere gran importancia debiendo ser esta, en todo momento, motivadora, positiva e integradora, de forma que se propicie un clima de aprendizaje, respeto, seguridad y confianza que genere en los alumnos y alumnas una predisposición favorable a aprender. Adquiere especial importancia el hecho de que el profesor mantenga actitudes de constante actualización pedagógica, abierto a nuevos planteamientos didácticos y a la incorporación de contenidos que puedan suponer una mejora en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Con todas estas aportaciones ya estamos en condiciones de dar respuesta a la pregunta **¿Cómo vamos a enseñar en Educación Física?**

Se usará diferente metodología de enseñanza propia de la Educación Física intentando que esta tenga presente los principios de la pedagogía constructivista y del aprendizaje significativo para la consecución de la autonomía del alumno, por lo tanto intentaremos respetar:

- Partir del nivel de desarrollo y conocimiento del alumno.
- El profesor actuará como mediador en los aprendizajes de los alumnos.
- Funcionalidad de los aprendizajes (para qué nos sirven los aprendizajes fuera del instituto).
- “Aprender a aprender”, adquiriendo técnicas y estrategias de autoaprendizaje.
- Significatividad lógica y psicológica de lo aprendido.

La **técnica de enseñanza** será principalmente indagativa o de búsqueda en aquellas tareas que así lo permitan, sin dejar de lado la instructiva o de reproducción de modelos, utilizándose entre otros los siguientes estilos de enseñanza:

▪ **Tradicionales.**

- mando directo
- modificación del mando directo
- asignación de tareas.



▪ **Individualizadores.**

- trabajo por grupos
- enseñanza modular
- programas individuales
- enseñanza programada.

▪ **Participativos.**

- enseñanza recíproca
- grupos reducidos
- microenseñanza.

▪ **Socializadores.**

- juego de roles
- simulación social
- trabajos grupales
- diferentes técnicas de dinámica de grupos.

▪ **Cognoscitivos o indagativos.**

- descubrimiento guiado
- resolución de problemas
- planteamiento de situaciones tácticas.

▪ **Creativos.**

- La sinéctica (proceso creativo de resolución de problemas y/o creación de nuevos productos, que se basa en la construcción de respuestas concretas mediante la unión de elementos aparentemente irrelevantes) con sus variantes.



Significar que la **estrategia de enseñanza** será global mayoritariamente, utilizando la analítica en aquellas tareas, que por su estructura, así lo requieran.

Las principales actividades de enseñanza que se utilizarán serán los juegos, aumentando con ello la motivación del alumno hacia los aprendizajes, sin olvidar los ejercicios de técnica deportiva y la competición como medio formativo siguiendo las recomendaciones de Terry Orlick en su obra “libres para crear, libres para competir”.

Por otro lado, **la información** será suministrada por diferentes vías: visual (demostraciones por parte del profesor o alumno aventajado, vídeos, ordenador, fotocopias, pizarra, apuntes, fotografías, etc.), auditiva (explicaciones, descripciones, cintas de audio, etc.), kinestésico-táctil y, en todo momento, se aportará información al alumno mediante el correspondiente **feedback externo o aumentado**.

También debemos comentar el fomento de diferentes fuentes de información y diversas formas para aprender por la acción, utilizándose las nuevas **tecnologías de la información y la comunicación (TIC)** que, puestas al acceso del alumnado con la orientación y asesoramiento del profesorado, permitirán un aprendizaje autónomo a ritmos diferentes en función de las capacidades e intereses de los alumnos.

En la **organización de los agrupamientos** dentro de las clases, se favorecerá tanto el trabajo individual, pequeño grupo y gran grupo, dependiendo de los objetivos que queramos conseguir en las sesiones, fomentando en todo momento el esfuerzo individual y la aportación de ese esfuerzo a un colectivo para conseguir un buen trabajo en equipo, promoviendo la cooperación y la solidaridad. La duración de los agrupamientos será variada, pudiendo ser de corta duración (solamente para la sesión o juego en concreto) o de larga duración (para toda la unidad didáctica o trimestre, por ejemplo, en la escenificación de propuestas o en pequeños trabajos de investigación grupales).

En cuanto a la **organización y distribución de los tiempos** en nuestra Programación, se puede comprobar que existe una distribución equilibrada de las sesiones en las unidades didácticas que vamos a impartir, buscando dar a conocer diversas actividades y juegos para crear un amplio bagaje motriz, respetando la legislación en todo momento a través del desarrollo de los Bloques de contenidos y sacando el máximo provecho a los materiales e instalaciones de los que disponemos.

La distribución del tiempo en nuestras sesiones se optimizará en tres momentos:

- **Parte inicial:** donde realizaremos una información general inicial para comprobar que están todos, que tienen la ropa adecuada y dar una breve explicación de lo que vamos a realizar en la sesión y, posteriormente



realizaremos un calentamiento con un juego de animación para activarnos a nivel físico, cognitivo y afectivo-social. Su duración será entre 10 y 15 minutos.

- **Parte principal:** en esta parte realizaremos diversas actividades y juegos muy relacionados con los contenidos que estamos impartiendo en cada momento. Tendrá una duración entre 30 y 35 minutos.
- **Vuelta a la calma:** en esta parte, primeramente, realizaremos alguna actividad que ayude al alumnado a recuperar su estado inicial (juego sensorial, relajación, estiramientos,...). También se realizarán reflexiones sobre la sesión, seguido de la recogida del material utilizado y la vuelta ordenada al aula correspondiente.

### 5.3. SITUACIONES DE APRENDIZAJE.

Para el diseño de situaciones de aprendizaje se tendrán en cuenta las orientaciones del Anexo III del Decreto 82/2022, de 12 de julio, por el que se establece la ordenación y el currículo de Educación Secundaria Obligatoria en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha.

En una situación de aprendizaje competencial se concretan y evalúan las experiencias de aprendizaje. Los productos elegidos deberán ser adecuados para la observación de los aprendizajes descritos en los criterios de evaluación, siendo coherentes con los procesos cognitivos, emocionales y psicomotrices en ellos descritos.

El diseño de nuestras situaciones de aprendizaje debe tener como referencia uno o varios criterios de evaluación, que nos darán las claves de nuestra situación de aprendizaje, y a través de los cuales evaluaremos el logro de los aprendizajes descritos en estos criterios al mismo tiempo que evaluamos el grado de desarrollo de las competencias vinculadas a los mismos.

El proceso de enseñanza se apoyará siempre en actividades y tareas concretas e inmediatas, con objetivos claros y precisos, que aseguren la asimilación de los saberes básicos seleccionados, y mediante las cuales puedan detectarse errores conceptuales o de procedimiento y ofrecer soluciones para su corrección, fomentando en el alumnado actitudes positivas tendentes al progreso constante.

El fin último de tales situaciones debe ser el debate, el trabajo y la reflexión en grupo y la correcta comunicación e interpretación de ideas, que permitan al alumnado percibirse como agente de su propio aprendizaje.

En consonancia con el carácter competencial de este currículo, **se recomienda la creación de tareas interdisciplinares, contextualizadas, significativas y relevantes**, y el desarrollo de situaciones de aprendizaje



donde se considere al alumnado como agente social progresivamente autónomo y gradualmente responsable de su propio proceso de aprendizaje, teniendo en cuenta sus repertorios e intereses, así como sus circunstancias específicas, lo que permite combinar distintas metodologías.

**SITUACIÓN DE APRENDIZAJE. EF 1º ESO.**

<b>Título:</b>	<b>Mejorando mi salud</b>	
<b>Materia y curso:</b>	<b>EF 1º ESO.</b>	
<b>Objetivos</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Conocer nociones básicas sobre hábitos poco saludables y sus consecuencias.</li> <li>2. Relacionar una buena condición física con un buen estado de salud.</li> <li>3. Tener un nivel de condición física acorde al grupo de edad de referencia.</li> <li>4. Reconocer el efecto positivo que la práctica de actividades de resistencia produce en los aparatos y sistemas y sistemas del cuerpo humano.</li> </ol>	
<b>Contexto</b>	<p>Los últimos estudios desvelan que la inactividad física es la 4ª causa de muerte en el mundo, además de estar asociada a enfermedades no transmisibles (ENT), incluidos los trastornos cardio-metabólicos y de salud mental.</p> <p>Con esta situación de aprendizaje trabajamos los contenidos de la UD actividad física y salud.</p> <p>Se puede trabajar de forma interdisciplinar con el Departamento de Ciencias Naturales (alimentación).</p>	
<b>Competencia/s específica/s</b>	<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Saberes básicos</b>
1.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.1</li> <li>1.2.</li> <li>1.5</li> </ol>	<p>Tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales.</p> <p>Aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices</p> <p>La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal.</p> <p>Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Propuestas lúdicas como recurso didáctico.</p> <p>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.</p> <p>La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.</p> <p>Salud social: efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales. Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, así como de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte.</p> <p>Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas. Trastornos</p>



	1.6	alimenticios asociados a la práctica de la actividad física y deporte. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. Aproximación a las herramientas digitales, como medio de adquisición de información y análisis, en la práctica de nuestras actividades.
Temporalización	11 sesiones	
Metodología	Asignación de tareas. Resolución de problemas. Flipped classroom	
Recursos	Ordenadores para tareas del aula y cuestionario. Plataforma “educamosclm”: apuntes del profesor en pdf, enlaces a videos, cuestionario de evaluación. Apartado de entrega de tareas: Power point. Propios de Educación física (balones, metros, etc.)	
Tareas y actividades	Agrupamientos	Nº sesiones
Tarea 1: Conocer y experimentar como se trabaja y se valora la condición física a través de diferentes métodos.  Actividad 1: Pruebas iniciales de condición física. Se rellena una ficha de autovaloración de condición física. 3 pruebas: salto horizontal, flexión profunda de tronco y 10 minutos de carrera continua sin sobrepasar las 160 pul/min.  Actividad 2: Juegos para la mejora de la condición física. “Dado 25”, “bolos medicinales”.  Actividad 3: Ejercicios y juegos de resistencia con cuerdas y balones. “roba-colas”, “pelota step”  Actividad 4: Carrera continua de intensidad uniforme y juegos de persecución. “Cruces triples”, “marro”.  Actividad 5: Introducción al entrenamiento total y realización de juegos de acondicionamiento físico general: “4 esquinas totales”, “oso, bebé, canguro”.  Actividad 10: Pruebas finales de condición física. Se rellena una ficha de autovaloración de condición física. 3 pruebas: salto horizontal, flexión profunda de tronco y 10 minutos de carrera continua sin sobrepasar las 160 pul/min.	3 grandes grupos  Pequeños grupos y gran grupo  Gran grupo  3 grandes grupos  Individual, 5 grupos  3 grandes grupos	6
Tarea 2. Análisis y posibles soluciones para realizar actividades físicas saludables.  Actividad 6: Analizo mi actividad diaria y diseño mis actividades de ocio saludable.  Actividad 7: Gymkhana con ejercicios de crosf (metabólicos y de fuerza) y preguntas sobre salud y alimentación.  Actividad 8: Fitness y ejercicios de core.  Actividad 9: Exposición, debate, revisión y mejora de actividades de ocio saludable. Elección de actividad saludable para la sesión 11ª.  Actividad 11: Examen de contenidos y organización de actividad grupal saludable.	Pequeño grupo (5)  Pequeño grupo (5)  Individual, 5 grupos  Pequeño grupo (5), gran grupo  Individual, gran grupo	5



Evaluación	<p>Se evalúa la situación de aprendizaje, haciendo uso de los criterios de evaluación con los siguientes instrumentos por actividad:</p> <p>Actividad 1: Planilla de observación.  Actividad 2: Planilla de observación  Actividad 3: Planilla de observación  Actividad 4: Planilla de observación. Escala de verificación (test CF)  Actividad 5: Planilla de observación  Actividad 6: Planilla de observación.  Actividad 7: Examen oral grupal. Planilla de observación.  Actividad 8: Planilla de observación  Actividad 9: Análisis de producciones. Exposición, trabajo realizado y debate. Portfolio autoevaluación.  Actividad 10: Escala de verificación (test CF).  Actividad 11: Examen tipo test. Planilla de observación</p>
------------	---

### MEDIDAS DE INCLUSIÓN EDUCATIVA.

El artículo 2 del Decreto 85/2018, de 20 de noviembre, por el que se regula la inclusión educativa del alumnado en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha dice: “se entiende como **inclusión educativa** el conjunto de actuaciones y medidas educativas dirigidas a identificar y superar las barreras para el aprendizaje y la participación de todo el alumnado y favorecer el progreso educativo de todos y todas, teniendo en cuenta las diferentes capacidades, ritmos y estilos de aprendizaje, motivaciones e intereses, situaciones personales, sociales y económicas, culturales y lingüísticas; sin equiparar diferencia con inferioridad, de manera que todo el alumnado pueda alcanzar el máximo desarrollo posible de sus potencialidades y capacidades personales”.

Estas medidas pretenden promover, entre otras, la igualdad de oportunidades, la equidad de la educación, la normalización, la inclusión y la compensación educativa para todo el alumnado.

Con el asesoramiento del departamento de Orientación adoptaremos las siguientes medidas:

**1. Medidas de inclusión educativa a nivel de aula.** Constituyen el conjunto de estrategias y medidas de carácter inclusivo que favorecen el aprendizaje de todo el alumnado y contribuyen a su participación y valoración en la dinámica del grupo-clase.

A nivel de aula se podrán aplicar, entre otras, las siguientes medidas de inclusión educativa:

- Estrategias empleadas por el profesorado para favorecer el aprendizaje a través de la interacción, en las que se incluyen entre otros, métodos de aprendizaje cooperativo, el trabajo por tareas o la tutoría entre iguales, entre otras.



- Las estrategias organizativas de aula empleadas por el profesorado que favorecen el aprendizaje, como son el trabajo por rincones, la coenseñanza, la organización de contenidos por centros de interés, los bancos de actividades graduadas, uso de agendas o apoyos visuales, entre otras.
- Los grupos o programas de profundización y/o enriquecimiento que trabajen la creatividad y las destrezas de pensamiento para alumnado que lo precise.
- El refuerzo de contenidos curriculares dentro del aula ordinaria, dirigido a favorecer la participación del alumnado en el grupo-clase.
- Las actuaciones de seguimiento individualizado y ajustes metodológicos llevados a cabo con el alumnado derivadas de sus características individuales.

## **2. Medidas individualizadas de inclusión educativa:**

La adopción de medidas individualizadas de inclusión no supone la modificación de elementos prescriptivos del currículo siendo responsabilidad del equipo docente y profesionales que intervienen con el alumnado, el seguimiento y reajuste de las actuaciones puestas en marcha.

Entre las medidas descritas en el artículo 8.4 del citado Decreto 85/2018, de 20 de noviembre, se aplicará la siguiente: “Las adaptaciones de carácter metodológico en la organización, temporalización y presentación de los contenidos, en la metodología didáctica, así como en los procedimientos, técnicas e instrumentos de evaluación ajustados a las características y necesidades del alumnado de forma que garanticen el principio de accesibilidad universal”.

Se realizará el correspondiente plan de trabajo con la participación de todo el equipo docente y se evaluará cada trimestre.

De este modo, y siendo conscientes que la Educación Física es distinta al resto de materias, tanto en su metodología, espacios e instalaciones, material, etc., como en los aprendizajes que adquiere el alumnado a nivel cognitivo, psicomotor y afectivo-social, vamos a establecer unas orientaciones para atender a la diversidad que solemos encontrar en nuestras aulas.

## **ATENCIÓN A LOS ALUMNOS CON NECESIDADES ESPECÍFICAS DE APOYO EDUCATIVO EN EDUCACIÓN FÍSICA**

El Currículo establece las intenciones educativas para todo el alumnado, lo que implica que debe reflexionar acerca de las características individuales de cada uno de los alumnos que formarán parte de este



proceso de enseñanza-aprendizaje, de esta forma responderá correctamente a las preguntas relativas al qué, cómo, y cuándo enseñar y evaluar.

Como valoración inicial y punto de partida, la tendencia hacia una individualización del proceso de enseñanza se nos plantea como la clave para superar la gran diversidad en el aprendizaje que podemos observar en el alumnado, acercando los contenidos a sus capacidades y posibilidades.

### **FACTORES QUE NOS VAN A CONDICIONAR EL APRENDIZAJE EN E.F.**

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

**Grado de desarrollo motor.** Nuestro alumnado está caracterizado por el inicio de la adolescencia, está marcado por la aparición de notables diferencias de desarrollo evolutivo. Si en los años anteriores existía un nivel de desarrollo más o menos homogéneo, es en estas edades cuando empiezan a aparecer diferencias individuales, fruto de la variedad en la rapidez de crecimiento y madurez entre unos y otros.

**Características individuales.** El factor genético no sólo afecta a la velocidad en el desarrollo. Hay alumnos mejor dotados de forma innata para la práctica de la actividad física que otros. De este modo, cada día son más frecuentes los casos de asma y alergias entre nuestros alumnos, esto condiciona su rendimiento (especialmente en cuanto a la eficacia cardiorrespiratoria) por causas ajenas a su voluntad. La adaptación de la tarea a sus posibilidades evita aumentar la sensación de fracaso que el alumno encuentra al estar limitado.

**Experiencias previas.** La eficacia en las tareas puede venir también motivada por el bagaje motriz que cada alumno tenga. Una gran variedad de aprendizajes motrices permitirá dedicar menos tiempo a la adquisición de nuevos aprendizajes.

Establecidas las causas que justifican los diferentes ritmos de aprendizaje, debemos aclarar que el alumnado debe ser responsable, conocer y aceptar su nivel de partida o inicial para mejorar a través de la constancia y en ocasiones, la dedicación fuera del periodo lectivo.

Queremos destacar que con la atención a la individualidad, no solamente vamos a centrarnos en aquellos casos que supongan un retraso con respecto al aprendizaje de la mayoría de alumnos, sino también a todos aquellos que tanto por sus características genéticas y de desarrollo como por sus experiencias previas, presenten una mayor facilidad para la asimilación y ejecución de tareas. La tendencia hacia la individualización de la



enseñanza debe abarcar a todos y cada uno de los alumnos, favoreciendo el refuerzo de los aprendizajes en aquellos casos con dificultades y evitando el estancamiento de los alumnos más favorecidos.

## **MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA INDIVIDUALIDAD EN EDUCACIÓN FÍSICA**

### **1. OPTATIVIDAD:**

Pretende favorecer que los alumnos alcancen aprendizajes, capacidades físicas y coordinativas similares a través de la realización de diferentes actividades a elegir.

2. **ADAPTACIÓN CURRICULAR:** Esta se realizará siempre y cuando haya un informe claro y explícito por parte del Departamento de Orientación.

3. **ORGANIZACIÓN DE LOS RECURSOS PERSONALES Y MATERIALES DIRIGIDOS A LOS ALUMNOS CON NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES:** Se seleccionarán una serie de medidas destinadas a posibilitar y facilitar el acceso de dichos alumnos a una vida escolar adaptada a sus características. Con esta medida y utilizando el refuerzo educativo intentaremos evitar realizar adaptaciones curriculares a alumnos que las necesitan en otras materias.

## **PLAN DE TRABAJO INDIVIDUALIZADO**

Además de los Planes de trabajo individualizado que hemos mencionado el apartado 7 sobre actividades y procedimientos de recuperación. En nuestra materia se seguirán las siguientes pautas para el alumnado que requiera un PTI por otros motivos:

a) **Valoración inicial.** Un estudio inicial de los alumnos debe acercarnos a su realidad en cuanto a diversos factores:

- Características constitucionales y de desarrollo motriz. A través de un estudio de los datos antropométricos (peso, talla, envergadura...) y de eficacia en la conducta motriz (valoración de la condición física y del nivel de desarrollo de las cualidades motrices y habilidades básicas y específicas, así como de las habilidades expresivas). Para ello podremos establecer una serie de pruebas de sencilla ejecución que nos permitan valorar el nivel de cada alumno.



- Experiencias previas. A través de encuestas combinadas con las pruebas del apartado anterior, podemos llegar a hacer una aproximación de las distintas actividades realizadas por nuestros alumnos (tanto en la Educación Física escolar como en la práctica de actividades físicas y deportivas fuera de la escuela) y del nivel de progresión alcanzado en ellas. En este apartado, sería conveniente considerar aquellos casos en los que experiencias previas puedan haber supuesto un fracaso y hayan provocado en el alumno un miedo o un rechazo a la actividad fruto de la falta de éxito. Un ejemplo muy frecuente de esto último son aquellos alumnos que al haber tenido experiencias traumáticas en actividades de gimnasia deportiva (golpes, lesiones) no progresan por el miedo generado por dichas experiencias.

Distinguiremos dos niveles de aplicación. La valoración inicial a principio de curso, especialmente en el primer curso, que nos servirá para el establecimiento de objetivos terminales, metodología, organización, y evaluación y la valoración a principio de cada unidad didáctica, que nos posibilitará adecuar el nivel de los contenidos y el grado de exigencia.

b) **Selección y priorización de contenidos.** Es este uno de los aspectos de mayor importancia dentro de la adaptación curricular. Para la consecución de un mismo objetivo deben existir distintos caminos, distintos contenidos. La selección de los mismos tiene que plantearse en función de las posibilidades de cada centro.

Para posibilitar la consecución de los objetivos por parte de alumnos con distintos niveles debemos priorizar contenidos, de forma que haya unos mínimos y, a partir de ellos, otros de mayor grado de complejidad.

c) **Utilizar metodologías y estrategias didácticas más centradas en el proceso y en el alumno.** Los modelos instructivos, representados principalmente por el mando directo, tienden a centrarse más en el producto, fijando el éxito del proceso en unos resultados. El papel del alumno es menor, ya que el profesor determina de antemano cuál debe ser el resultado para todos sus alumnos. Si bien es necesario el establecimiento de unos patrones de actuación, los modelos de enseñanza guiados mediante la búsqueda permiten al alumno una mayor toma de conciencia e intervención, al tiempo que desarrollan su motivación.

En cualquier caso, el estilo de enseñanza escogido estará condicionado por las características de los contenidos que se van a desarrollar y por el nivel de dominio que sobre ellos tengan nuestros alumnos.

d) **Proponer actividades diferenciadas.** Está directamente relacionado con lo expuesto en el párrafo anterior. Las tareas que proponamos deben permitir una graduación, de forma que cada alumno



ejecute unas variables en función del momento de aprendizaje en que se encuentre. Esto es importante tanto para los alumnos con dificultades en el aprendizaje como para los que tengan un nivel avanzado, ya que les permite no «descolgarse» de la clase.

e) **Emplear materiales didácticos variados.** El grado de complejidad de la tarea viene también definido por los materiales que empleamos. Utilizar distintas cargas en trabajos de condición física, distintos tamaños de balón en los deportes colectivos (en función de las características antropométricas de los alumnos) son algunos ejemplos sencillos de realizar. La visualización de vídeos, material curricular impreso, utilización de las TIC, etc., son también un elemento de gran ayuda para reforzar sus aprendizajes.

f) **Adaptación de la evaluación.** Antes de adaptar los criterios de evaluación o los estándares de aprendizaje intentaremos modificar las técnicas, los procedimientos e instrumentos de evaluación para que el alumno alcance los mismos aprendizajes que sus compañeros pero los demuestre de otro modo.

Si esto no es viable, se intentará **adaptar los estándares de aprendizaje**. Esta tarea será básica para que el alumno pueda alcanzar los objetivos de la Etapa desde nuestra materia. Como hemos expuesto en el apartado 3, existen aprendizajes que se producen en las clases de Educación Física que son fundamentales para la adquisición de ciertos objetivos de Etapa.

Esto se puede conseguir sin cambiar estos objetivos y variando aquellos estándares que consideremos que el alumno no podrá alcanzar a lo largo de la Etapa por análisis de su evaluación inicial y evolución del alumno a lo largo de los diferentes cursos.

## **ASPECTOS ESPECÍFICOS QUE SE DEBEN TENER EN CUENTA EN LOS DISTINTOS TIPOS DE SITUACIONES DE APRENDIZAJE**

**Las relacionadas con la condición física, coordinativa y la salud.** Tender a homogeneizar la enseñanza de estos contenidos supone condenar irremediamente al fracaso a aquellos alumnos con dificultades por su constitución o por un desarrollo evolutivo más lento y a que no exista una progresión significativa en aquellos con más posibilidades. Teniendo esto presente proponemos:

- Programar contenidos y actividades adaptados a distintos niveles, dentro de unos márgenes.
- Utilizar las pruebas de ejecución con carácter normativo como elemento orientador.
- Evaluar diferentes aspectos relacionados con la condición física: nivel alcanzado, planificación, dominio de las cargas y principios de entrenamiento, forma de ejecutar los test, etc.
- Utilizar cargas en el trabajo como un factor diferenciador.
- Valorar el grado de autonomía en el trabajo de los alumnos.



**Las relacionadas con juegos y deportes.** Dentro de este apartado se englobará la mayor parte de los contenidos que se van a desarrollar en esta etapa. Hemos de recordar que, si bien los mecanismos de percepción y decisión son los que más intervienen en las tareas que se desarrollan dentro de estos contenidos, el mecanismo de ejecución es determinante en estas edades para el correcto aprendizaje (fuerza en los lanzamientos, velocidad en los desplazamientos...)

En los aprendizajes de habilidades con cierto nivel de riesgo (habilidades gimnásticas), se deben establecer ayudas a la progresión para disminuir el nivel de incertidumbre en los alumnos con más problemas.

En la enseñanza de la técnica deportiva hay que plantear problemas motrices con múltiples soluciones, intentando evitar situaciones con una sola respuesta, de forma que el alumno pueda adaptar las respuestas a sus características. En los deportes colectivos debemos valorar el nivel de participación en las tareas e iniciar la enseñanza de la táctica colectiva con el planteamiento de problemas que tengan distintos niveles de resolución, procurando que el mecanismo de ejecución no sea un factor determinante.

Hay que intentar evitar los agrupamientos naturales por niveles en el desarrollo de los juegos y deportes colectivos variando las normas para favorecer la inclusión de todos en el juego.

Es importante delimitar el número de estímulos perceptivos a través de la simplificación de las normas. Hay que valorar la cooperación y el trabajo colectivo como un elemento importante, así como el respeto a los otros.

**Las relacionadas con actividades físicas y deportivas en el medio natural y urbano.** Es importante al trabajar estos contenidos que sean accesibles a todo el alumnado, teniendo un control exhaustivo de las medidas de protección y seguridad de todos los participantes así como del entorno en el que se realicen.

**Las relacionadas con la expresión corporal y las composiciones individuales o grupales.** En estas edades vamos a encontrar resistencia a estos contenidos en parte del alumnado, debido a los conflictos de imagen propios de la adolescencia. Puede resultar, entonces, adecuado:

- Proponer actividades motivadoras al inicio, respetando como válidas las distintas respuestas individuales.
- Asentar el respeto al otro como base de trabajo. Hacerlo sentir.
- Desarrollar los contenidos fundamentalmente a través de trabajos grupales, no forzando los agrupamientos.
- Valorar la originalidad y la creatividad por encima del rendimiento.
- Posibilitar a los alumnos distintos caminos para responder a una misma respuesta.
- Evitar la imposición en la propuesta y el desarrollo de las tareas.



## **ALUMNOS CON DISCAPACIDAD FÍSICA TRANSITORIA O PERMANENTE CON INFORME MÉDICO**

Como hemos explicado con anterioridad, ésta es una situación específica de nuestra materia. Distinguiremos aquellos alumnos que están limitados para realizar unas determinadas actividades de aquellos que no pueden practicar actividad física.

En ambos casos se podrán modificar los procedimientos e instrumentos de evaluación, los contenidos y las actividades a realizar, la metodología, el material y si fuera necesario los criterios de calificación y por último los estándares de aprendizaje en algunas unidades didácticas o en todas dependiendo del tipo de discapacidad o duración de la misma.

Proponemos a continuación algunas actividades que puede realizar el alumnado con discapacidad física transitoria:

- Realización de trabajos teóricos relacionados con los contenidos que se están trabajando para exponer a sus compañeros.
- Elaboración de apuntes para sus compañeros.
- Participación en las actividades deportivas como entrenadores, árbitros o preparadores físicos, ayudantes, evaluadores.
- Dirección de actividades a sus compañeros: juegos, estiramientos, ejercicios de relajación...
- En las unidades didácticas de expresión corporal, el calentamiento y el ocio saludable pueden participar sin problemas.

Por otro lado las medidas que se adoptarán para el alumnado invidente y con el de movilidad reducida serán las siguientes:

- Apoyo dentro del aula por especialistas.
- Colaboración de alumnos ayuda.
- Modificación de los procedimientos e instrumentos de evaluación, la metodología, agrupamientos, espacios y materiales para intentar que alcancen los aprendizajes establecidos en los estándares. Dependiendo de los aprendizajes a alcanzar se modificarán unos aspectos u otros, dependerá de la evaluación inicial, el esfuerzo realizado y la progresión que se vaya observando durante el proceso de aprendizaje.
- Realización de actividades, juegos y deportes adaptados.
- Trabajos de sensibilización de los compañeros del grupo con las características específicas de este alumnado.
- Adaptación de material (apuntes, deportivo, etc.).

## **7.- EVALUACIÓN.**



La Orden 187/2022 de 27 de septiembre, de la Consejería de Educación, Cultura y Deportes, por la que se regula la evaluación en la ESO en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha (DOCM 14/02/2022) define la evaluación de la siguiente manera:

“La evaluación en Educación Secundaria Obligatoria estará orientada a valorar los procedimientos llevados a cabo en el desarrollo del proceso de enseñanza y aprendizaje, identificando y contemplando los diferentes ritmos, estilos de aprendizaje y motivaciones del alumnado de Educación Secundaria Obligatoria.

A estos efectos, los **criterios de evaluación** deben guiar la intervención educativa y ser los referentes que han de indicar los niveles de desempeño esperados en el alumnado en las situaciones, tareas o actividades a las que se refieren las competencias específicas de cada materia, en un momento determinado de su proceso de aprendizaje”.

En el artículo 3 expresa la finalidad de la evaluación:

“La finalidad de la evaluación en la etapa de Educación Secundaria Obligatoria reside en la comprobación no solo del grado de adquisición de las competencias clave, recogidas en la Recomendación del Consejo de la Europea de 22 de mayo de 2018, sino también del logro de los objetivos de la etapa, para adecuarse al Perfil de salida previsto a la finalización de la Educación Básica, respetando los principios del Diseño Universal para el Aprendizaje.”

La evaluación debe servir para mejorar el proceso de enseñanza y de aprendizaje, mediante la valoración de la eficacia de las estrategias metodológicas y de los recursos utilizados. Por este motivo, todos los profesionales implicados evaluarán también su propia práctica educativa”.

Y, en el artículo 4, expresa el carácter de la evaluación:

La evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado de la Educación Secundaria Obligatoria será continua, formativa e integradora.

La evaluación continua implica un seguimiento permanente por parte del profesorado, con la aplicación de diferentes procedimientos de evaluación en el proceso de aprendizaje. En el proceso de evaluación continua, cuando el progreso de un alumno o una alumna no sea el adecuado, se establecerán medidas de inclusión educativa, que serán comunicadas a sus familias o responsables legales.

El carácter formativo y orientador permite proporcionar información constante y convierte la evaluación en un instrumento imprescindible para la mejora tanto de los procesos de enseñanza como de los procesos de aprendizaje.



La evaluación integradora implica que, desde todas y cada una de las materias o ámbitos, deberá tenerse en cuenta la consecución de los objetivos establecidos para la etapa y el desarrollo correspondiente de las competencias previsto en el Perfil de salida del alumnado, a la finalización de la Educación Básica. Por tanto, el carácter integrador de la evaluación no impedirá que el profesorado realice, de manera diferenciada, la evaluación de cada materia o ámbito, teniendo en cuenta sus criterios de evaluación.

En el resto del articulado, también se establece:

La evaluación continua es el proceso evaluador que se concreta y organiza durante el curso. Desde su inicio, mediante una evaluación inicial, se realiza el seguimiento y desarrollo del proceso de enseñanza y aprendizaje, para concluir con una valoración global del mismo, a su finalización, basada en la consecución de los objetivos establecidos para la etapa y en el grado de adquisición de las competencias clave previstas en el Perfil de salida.

Los procedimientos de evaluación continua serán variados y descriptivos, para facilitar la información a los profesores, profesoras y al propio alumnado, del desarrollo conseguido en cada una de las competencias clave y del progreso diferenciado de cada materia o ámbito.

Las programaciones didácticas incluirán instrumentos y estrategias que permitan que el alumnado evalúe su propio aprendizaje y el profesorado el desarrollo de su práctica docente.

Los instrumentos utilizados en la evaluación serán variados, accesibles, flexibles y adaptados a las distintas situaciones de aprendizaje. Dichos instrumentos deben permitir la valoración objetiva de todo el alumnado y garantizar, asimismo, que las condiciones de realización de los procesos asociados a la evaluación se adapten a las necesidades del alumnado con necesidad específica de apoyo educativo.

Si el progreso de un alumno o alumna no es el adecuado, el profesorado adoptará las oportunas medidas de inclusión educativas, incluyendo las de refuerzo, en cualquier momento del curso, tan pronto como se detecten las dificultades, con especial seguimiento del alumnado con necesidades educativas especiales. Dichas medidas estarán destinadas a garantizar la adquisición del nivel competencial necesario para continuar el proceso educativo, utilizando los apoyos que se precisen.

El profesorado evaluará tanto los aprendizajes del alumnado como los procesos de enseñanza y su propia práctica docente, con la finalidad de mejorarlos y adecuarlos a las características propias del curso, en los términos que establece esta orden. Los departamentos didácticos propondrán y elaborarán herramientas de evaluación que faciliten la labor individual y colectiva del profesorado, incluyendo estrategias para la autoevaluación y la coevaluación del alumnado.



## 7.1. CRITERIOS DE EVALUACIÓN.

El criterio de evaluación es el referente de la evaluación. Los criterios de evaluación de Educación Física, para la ESO, están recogidos en la tabla del apartado 4.5 de esta Programación Didáctica “**organización de los saberes básicos, competencias específicas, criterios de evaluación y descriptores operativos de Educación Física**”. Así como, en el apartado 4.6 “**secuenciación y temporalización**”, en el que se relacionan con las diferentes unidades didácticas.

## 7.2. PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN.

Los procedimientos de evaluación continua serán variados y descriptivos, para facilitar la información a los profesores, profesoras y al propio alumnado, del desarrollo conseguido en cada una de las competencias clave y del progreso diferenciado de cada materia.

Entendemos por “técnicas de evaluación” los métodos a través de los cuales se lleva a cabo la recogida de información sobre adquisición de competencias específicas, es decir, sobre el logro de los criterios de evaluación. Las técnicas de evaluación responden a cómo se lleva a cabo está recogida.

Los **instrumentos utilizados en la evaluación** serán variados, accesibles, flexibles y adaptados a las distintas situaciones de aprendizaje Dichos instrumentos deben permitir la valoración objetiva de todo el alumnado y garantizar, asimismo, que las condiciones de realización de los procesos asociados a la evaluación se adapten a las necesidades del alumnado con necesidad específica de apoyo educativo.

Los instrumentos de evaluación son las herramientas de evaluación pedagógica con las que determinar el grado de suficiencia o insuficiencia de los conocimientos, destrezas y actitudes demostrados por el alumnado, tomando como referentes los criterios de evaluación. Responden a la pregunta: ¿con qué evaluar?

El Departamento de Educación Física ha decidido las siguientes técnicas e instrumentos de evaluación:

Para seleccionar los procedimientos de evaluación, debemos tener presente que deben ser coherentes y atender a criterios de **objetividad** (ausencia de sesgos en las evidencias recogidas), **fiabilidad** (los resultados obtenidos son fiables) y **validez** (se recogen evidencias de lo que se propone medir).

De este modo y teniendo en cuenta que el Currículo oficial señala que la **práctica docente** empleará diferentes procedimientos de evaluación con el fin de lograr la integración de todas las competencias en un marco de evaluación coherente. En Educación Física se podrán utilizar los siguientes:

- La observación sistemática del trabajo de los alumnos.
- Las pruebas orales y escritas.
- El portfolio.
- Los protocolos de registro.



- Los trabajos de clase.

También el **alumnado** será partícipe de su propio proceso de evaluación. Para ello, con el fin de favorecer el aprendizaje desde la reflexión y valoración del alumnado sobre sus propias dificultades y fortalezas, sobre la participación de los compañeros en las actividades de tipo colaborativo y desde la colaboración con el profesorado en la regulación del proceso de enseñanza-aprendizaje, los **procedimientos de evaluación** incorporarán estrategias que permitan la participación del alumnado en la evaluación de sus logros:

- **La autoevaluación.** Valoración autónoma, reflexiva y sistemática de su aprendizaje por parte del alumno. Para esto el alumnado rellenará una planilla de autoevaluación con algunos estándares de aprendizaje que se hayan tratado ese trimestre.
- **La evaluación entre iguales.** Valoración reflexiva y autónoma del aprendizaje del alumno realizada por un compañero. Esta se realizará en la elaboración y puesta en práctica de los calentamientos a través de una escala de observación que cumplimentará un responsable del grupo.

Por otro lado, cada alumno valorará ciertos aprendizajes de un compañero a través de escalas de observación.

- **La coevaluación.** Valoración reflexiva y sistemática conjunta del aprendizaje realizada entre el alumno y el profesor. Esta estará relacionada con la autoevaluación y mediante una entrevista se compararán los datos de la autoevaluación con la realizada por el profesor.

El **instrumento de evaluación** es un recurso de apoyo en la labor educativa que permite el seguimiento, el control y la regulación de los conocimientos, habilidades y destrezas que desarrolla cada estudiante durante la aplicación de una estrategia o técnica de evaluación.

Los anteriores procedimientos requieren la utilización de diversos **instrumentos de evaluación**, con el fin de conocer de forma real y objetiva lo que el alumno sabe o no respecto a cada uno de los estándares de aprendizaje evaluables y, por tanto, valorar su nivel de logro para proporcionarle una ayuda pedagógica adecuada.

Algunos de los instrumentos aplicables al proceso de evaluación del aprendizaje son los siguientes:

1. **TÉCNICAS DE OBSERVACIÓN.** Utilizadas en situaciones espontáneas de aula y permiten evaluar procedimientos y actitudes.
  - a) Registro anecdótico.
  - b) Listas de control.
  - c) Escalas de observación.
  - d) Diario de clase
2. **REVISIÓN DE TAREAS.** Fundamentalmente utilizadas para evaluar procedimientos.
  - a) Análisis del cuaderno de clase.
  - b) Análisis de producciones (actividades, tareas, trabajos, etc.).
3. **PRUEBAS ESPECÍFICAS.** Apropriadadas para evaluar conceptos y procedimientos. Existe una gran variedad de ellas por lo que conviene utilizar las más adecuadas a las capacidades del alumnado. Las pruebas o exámenes (escritos u orales) propuestos tendrán en cuenta en todo caso los estándares de aprendizaje evaluables, que incluyen o a los que hacen referencia, para asignarles un

**nivel de logro.**

- a) **Pruebas de composición o desarrollo.** Se plantean para que el alumnado seleccione, organice y exprese ideas esenciales de los temas aprendidos. Permiten evaluar diversas competencias al recoger la capacidad comprensiva y expresiva, el grado de conocimiento de los contenidos, la capacidad reflexivas, etc.
- b) **Pruebas objetivas.** Breves en su enunciado y en las repuesta demandada mediante distintos tipos de cuestiones:
- De respuesta corta.
  - De texto incompleto.
  - De emparejamiento.
  - De opción múltiple.
  - De verdadero o falso.
4. **ENTREVISTAS.** Proporcionan información personalizada difícilmente obtenible con otros instrumentos. Los cuestionarios deben usarse de forma complementaria a otros instrumentos.
5. **AUTOEVALUACIÓN.** Permite al alumnado reflexionar sobre su propio proceso de aprendizaje.
6. **COEVALUACIÓN.** Se valora el desempeño de un alumno a través de su propio compañero o del mismo junto con el profesor. Permite al alumnado comprender los mecanismos de la evaluación, sus fines y sus dificultades y le hace partícipe del proceso evaluador. Facilita la reflexión personal y el juicio crítico del trabajo de sus compañeros.

Estos instrumentos de evaluación se han concretado, para las diferentes unidades didácticas y criterios de evaluación, tanto en el apartado 4.5 como en el 4.6.

Teniendo esto presente, debemos comentar que los procedimientos e instrumentos de evaluación que prevalecerán serán los vinculados a la observación y el desempeño. De esta manera se valorará fundamentalmente el proceso y no tanto el producto, pues el objetivo último es una evaluación competencial.

En cuanto a las herramientas e instrumentos de evaluación, también serán variadas. Destacamos el uso de tres:

- a) Cuestionarios y exámenes escritos u orales con inclusión de preguntas prácticas y teóricas, de desarrollo o abiertas, preguntas de opción múltiple, de verdadero o falso, de una con flechas, de autocompletar. Habrá 3 exámenes durante el curso (1 por evaluación). Estas pruebas permiten evaluar la mayoría de los criterios de evaluación y de las competencias específicas siendo en la ESO uno de los instrumentos para la calificación global del alumnado. A un alumno que por cualquier circunstancia no realice una prueba escrita, no se le hará una prueba especial, (salvo que lo decida el Departamento) ya que se le recogerán datos en las siguientes pruebas escritas, además de los que se recogen por otros procedimientos de evaluación. Si la causa no es justificada, se calificará la prueba como cero al



examen se le calificará la prueba como un cero. La valoración de causa justificada o no, compete al Departamento. Se podrá pedir a un alumno la repetición de alguna prueba escrita si por algún motivo el profesor lo considera necesario para su correcta evaluación.

b) Trabajos y proyectos en vinculados a la realidad cotidiana del alumnado. Habrá al menos un trabajo en cada evaluación

c) Actividades variadas: resolución de problemas y ejercicios, producciones escritas y digitales, así como audiovisuales y orales. Muchas de ellas recogidas en el cuaderno del alumnado y otras evaluadas mediante la observación diaria en clase.

Los trabajos y actividades individuales o en grupo que el alumno deberá realizar, se han de entregar en el plazo fijado por el profesor para su corrección y evaluación. Fuera de plazo no se recogerá ningún trabajo a los alumnos, siendo 0 su calificación

### **7.3. FASES DE EVALUACIÓN.**

A lo largo de cada curso escolar, se convocarán tres sesiones de evaluación para cada grupo de alumnos y alumnas, además de la evaluación inicial, que se registrarán como primera, segunda, y final, en el sistema de gestión o, en su caso, en los documentos de evaluación, si no se tuviera acceso al mismo. La evaluación final se llevará a cabo, en una única sesión, que se celebrará con posterioridad a la finalización de los días lectivos establecidos en el calendario escolar.

Estas sesiones, se celebrarán en las fechas que, a propuesta de la CCP, apruebe el Claustro de Profesores, sin perjuicio de lo que determine la Consejería de Educación, Cultura y Deportes.



## 7.4. EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN DEL PROCESO DE APRENDIZAJE.

### Consideraciones previas.

La calificación del alumnado debe partir, exclusivamente, de los aprendizajes descritos en el criterio o en los criterios de evaluación, así como de las competencias vinculadas a estos criterios, aspectos que conforman el currículo de la materia.

Un determinado instrumento de evaluación podría arrojar un mayor número de evidencias sobre la adquisición de un determinado aprendizaje o de un mismo criterio de evaluación, o implicar una mirada más detallada o más profunda sobre el aprendizaje o el criterio evaluado. El profesorado podrá, por tanto, estimar oportuno aplicar un valor mayor a esas evidencias con respecto a las calificaciones obtenidas a través de otros instrumentos de evaluación relacionados con el mismo aprendizaje o criterio. Esto debe quedar reflejado en los criterios de calificación establecidos previamente.

Lo que calificamos son los aprendizajes que evidencian esos instrumentos de evaluación, instrumentos diseñados para poder observar el nivel de adquisición o de logro en el alumnado, tanto en lo que respecta a los criterios de evaluación como a las competencias vinculadas a estos.

Un mismo instrumento puede aportar información sobre varios criterios de evaluación, así como sobre una o varias competencias vinculadas, por lo que debemos saber previamente qué aprendizajes o competencias nos permite calificar y qué calificación aporta a cada uno de estos aspectos, que podrá ser la misma o no.

El diseño de nuestras situaciones de aprendizaje tendrá como referencia uno o varios criterios de evaluación, que nos darán las claves de nuestra situación de aprendizaje, y a través de los cuales evaluaremos el logro de los aprendizajes descritos en estos criterios al mismo tiempo que evaluamos el grado de desarrollo de las competencias vinculadas a los mismos.

En resumen, **la calificación trimestral** de los aprendizajes descritos en el criterio o en los criterios de evaluación, así como de las competencias específicas vinculadas a estos criterios se hará de la siguiente manera:

- Criterios de evaluación vinculados a la competencia específica 1: 30%
- Criterios de evaluación vinculados a la competencia específica 2: 28%
- Criterios de evaluación vinculados a la competencia específica 3: 18%
- Criterios de evaluación vinculados a la competencia específica 4: 12%
- Criterios de evaluación vinculados a la competencia específica 5: 12%



Para aprobar el alumno o alumna deben obtener el 50% de la calificación, como mínimo.

- Calificación del primer trimestre: Se obtendrá del cálculo del promedio de las notas medias de todos los criterios de evaluación valorados en dicho trimestre.
- Calificación del segundo trimestre: Se obtendrá del cálculo del promedio de las notas medias de todos los criterios de evaluación valorados en el primer y segundo trimestre. En el caso de aquellos alumnos que decidan realizar pruebas para mejorar sus calificaciones en el primer trimestre, la nota final se calculará atendiendo a las nuevas calificaciones obtenidas.

Calificación final: Se obtendrá del cálculo de la media aritmética de las notas medias de todos los criterios de evaluación valorados en el primer, segundo y tercer trimestre

#### Otros criterios.

En el caso de que un alumno o alumna no entregue un trabajo, tendrá repercusión en la calificación relacionada con ese criterio de evaluación.

El no apto en alguno de los test de condición física especialmente en el de resistencia aeróbica puede suponer la no consecución de los criterios de evaluación y su competencia específica.

Cuando un alumno no pueda ser evaluado con alguno de los instrumentos de evaluación previstos por motivos justificados, se podrá utilizar otro instrumento de evaluación.

El empleo de procedimientos fraudulentos a la hora de realizar un examen (copiar, pasar o recibir información por cualquier medio, tener apuntes o chuletas en cualquier soporte, etc.) llevará aparejada la anulación completa del examen y, por tanto, la calificación de cero en el mismo.

Las calificaciones que se darán en las diferentes evaluaciones serán el resultado de redondear estas notas al entero más cercano: hacia abajo si el primer decimal está comprendido entre 0 y 4, y hacia arriba si el primer decimal está comprendido entre 5 y 9.

Al ser la Educación Física una materia principalmente práctica, con entornos y relaciones socioafectivas cambiantes, se deberán respetar unas normas básicas de comportamiento para que se produzca el correcto desarrollo de las sesiones. El cumplimiento de las normas básicas establecidas por el departamento para el correcto desarrollo de las sesiones aportará al alumno 3 puntos sobre 10 en cada criterio de evaluación. Pudiendo restar de esos 3 puntos las siguientes puntuaciones en base a la aparición de las siguientes conductas disruptivas:

#### FALTAS MUY GRAVES: (1,2 puntos)

1. Utilizar la instalación sin la presencia del profesor responsable.



2. No responsabilizarse del material, debiendo respetarlo y reponerlo si se estropea por el mal uso o uso negligente.
3. No dejar el material ordenado en el lugar habilitado para su almacenamiento.
4. Falta de respeto hacia el profesor o los compañeros.
5. Utilizar móviles u otros aparatos tecnológicos actuales (consolas...) sin la autorización del profesor.

FALTAS GRAVES: (0,6 puntos)

6. Faltas de asistencia injustificadas.



7. No participar en las diferentes actividades realizadas sin un motivo aparente.
8. Usar la instalación sin el material deportivo adecuado. En caso de no traer el material deportivo se realizará un trabajo escrito (relacionado con la U.D. en práctica, con hábitos de vida saludable y con las normas de convivencia) durante la duración de la sesión, reduciéndose la infracción de este apartado a la mitad una vez que se entrega el mismo, debiendo obtener un mínimo de 5 en la calificación.
9. Comer (bocadillos, caramelos, chicles, etc.), beber o fumar en esta instalación.
10. No estar preparado para comenzar la clase en el momento acordado y abandonar esta antes de que lo indique el profesor.
11. Hasta que el profesor no lo indique, no podemos realizar actividades físico-deportivas (carreras, subir a las espalderas, etc.).
12. Cuando el profesor explica, debemos guardar silencio y no interrumpir, al igual que cuando intervenga un compañero.
13. La falta de cooperación y tolerancia con los demás.

FALTAS LEVES: (0,3 puntos)

14. Falta de puntualidad.
15. Las graves pero consideradas sin intención de interrumpir el desarrollo normal de la clase.

NOTA: Cualquier otra falta de comportamiento o convivencia que no esté en este escrito, pero que así se considere, será motivo de actuación por parte del profesorado, ubicándose la misma dentro de uno de los niveles de gravedad, para intentar modificar esa conducta inapropiada.

## **7.5. RECUPERACIÓN DEL PROCESO DE APRENDIZAJE.**

Si el progreso de un alumno o alumna no es el adecuado, el profesorado adoptará las oportunas medidas de inclusión educativas, incluyendo las de refuerzo, en cualquier momento del curso, tan pronto como se detecten las dificultades, con especial seguimiento del alumnado con necesidades educativas especiales. Dichas medidas estarán destinadas a garantizar la adquisición del nivel competencial necesario para continuar el proceso educativo, utilizando los apoyos que se precisen.



**Programas de refuerzo**

Se propondrá entregar las actividades teóricas no entregadas, ejecutar las pruebas físicas o deportivas no hechas o no superadas o realizar actividades de recuperación diferentes a las pruebas realizadas en el trimestre para facilitar la recuperación del mismo.



Una vez analizados los resultados tanto de la primera como de la segunda evaluación, el profesorado establecerá medidas de recuperación para aquellos alumnos y alumnas que lo precisen, en el marco de la evaluación continua, dirigidas a garantizar la adquisición del nivel competencial necesario para continuar con éxito el proceso educativo y finalizar el curso en las condiciones idóneas.

Para la recuperación de dichas evaluaciones parciales el alumno deberá seguir las orientaciones del profesor en el correspondiente plan de recuperación. Se basará en los aprendizajes descritos en el criterio o en los criterios de evaluación no superados, así como de las competencias vinculadas a estos criterios.

En el desarrollo de las situaciones de aprendizaje, si se trabajan determinados aprendizajes de los criterios de evaluación en más de una situación de aprendizaje, se le dará la oportunidad al alumnado de adquirir o reforzar estos aprendizajes.

El alumno recuperará la evaluación parcial si supera los criterios de evaluación no adquiridos en ese trimestre. En este proceso la evaluación tiene carácter sumativo.

Los resultados de las recuperaciones serán registrados en el sistema de gestión educativa y, por tanto, notificados a las familias.

## **7.6. EVALUACIÓN ORDINARIA.**

La evaluación ordinaria aporta datos relevantes sobre la consecución de los objetivos y el grado de adquisición de las competencias clave, establecidos para la etapa, así como sobre el proceso de enseñanza y la práctica docente.

La evaluación ordinaria contemplará las valoraciones realizadas a lo largo de todo el curso, manteniendo el carácter de la evaluación continua, que será de aplicación hasta el último día del curso escolar.

La evaluación ordinaria tendrá como referentes el grado de logro de los objetivos y de adquisición de las competencias correspondientes, que serán determinados a partir de los criterios de evaluación de la materia.

En la evaluación ordinaria el profesorado tendrá en consideración todas las evidencias que haya obtenido de cada alumno o alumna, con respecto a cada criterio de evaluación, a lo largo de todo el curso, y tomará las decisiones correspondientes.

Las evidencias se valorarán del siguiente modo:

- Criterios de evaluación vinculados a la competencia específica 1: 30%



- Criterios de evaluación vinculados a la competencia específica 2: 28%
- Criterios de evaluación vinculados a la competencia específica 3: 18%
- Criterios de evaluación vinculados a la competencia específica 4: 12%
- Criterios de evaluación vinculados a la competencia específica 5: 12%

Para aprobar la materia el alumnado deberá obtener al menos un 5 en la calificación final.

### **7.7. RECUPERACIÓN DE LA MATERIA DE EF PENDIENTE DE CURSOS ANTERIORES.**

Se entregará al alumno al inicio del curso el correspondiente PTI en el que figuren las diferentes actividades planificadas para poder apoyar la preparación de las distintas unidades.

A lo largo del curso, de manera trimestral, se recogerán y valorarán las actividades correspondientes al reparto de Unidades que se establezca para cada trimestre, y se realizará, en su caso, una o varias pruebas objetivas referidas a saberes básicos mínimos acerca de dichas Unidades.

El alumno superará la materia aplicando los porcentajes referidos con anterioridad en el apartado 7.4.

El profesorado responsable de la evaluación del alumnado con la materia pendiente de cursos anteriores será el que imparta docencia a ese alumno durante el curso actual.

### **7.8. GRADO DE ADQUISICIÓN DE LOS DESCRIPTORES OPERATIVOS DE LAS COMPETENCIAS CLAVE.**

Se debe tener en cuenta que en cada materia se tiene que determinar el nivel competencial del alumno, es decir, el grado de adquisición de cada competencia clave. Para ello habrá que asociar la calificación lograda en cada competencia específica o cada criterio de evaluación con el peso correspondiente a cada descriptor operativo con el que se relaciona la competencia específica (apartado 4.5 de esta Programación).

El profesorado podrá utilizar la hoja de cálculo elaborada por el Inspector de Educación de Albacete D. Fausto Díaz de Prado o cualquier otro instrumento.

El nivel competencial será el siguiente:

RÚBRICA DEL NIVEL COMPETENCIAL	NIVEL
No ha adquirido el nivel básico de la competencia clave	0-1
Está en proceso de adquirir el nivel básico de la	1-2



competencia clave	
Ha adquirido un nivel básico de la competencia clave	2-3
Ha adquirido un nivel medio de la competencia clave	3-4
Ha adquirido un nivel avanzado de la competencia clave	4-5

La rúbrica se podrá modificar una vez que sepamos cómo hay que introducir las calificaciones en Delphos.

## 7.9. EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA Y DE LA PRÁCTICA DOCENTE.

El profesorado evaluará tanto los aprendizajes del alumnado como los procesos de enseñanza y su propia práctica docente, con la finalidad de mejorarlos y adecuarlos a las características propias del curso, en los términos que establece esta orden.

Los departamentos didácticos propondrán y elaborarán herramientas de evaluación que faciliten la labor individual y colectiva del profesorado, incluyendo estrategias para la autoevaluación y la coevaluación del alumnado.

El profesorado tendrá en cuenta la valoración de los resultados obtenidos en el proceso de evaluación continua del alumnado como uno de los indicadores para el análisis.

La evaluación del proceso de enseñanza y aprendizaje tendrá en cuenta, al menos, los siguientes aspectos:

- El análisis de los resultados obtenidos en cada una de las materias y la reflexión sobre ellos.
- La adecuación de los distintos elementos curriculares de las programaciones didácticas elaboradas por los departamentos.
- Las medidas organizativas de aula, el aprovechamiento y adecuación de los recursos y materiales curriculares, el ambiente escolar y las interacciones personales.
- La coordinación entre los docentes y profesionales que trabajen no solo en un mismo grupo, sino también en el mismo nivel.
- La utilización de métodos pedagógicos adecuados y la propuesta de actividades, tareas o situaciones de aprendizaje coherentes.



- f) La idoneidad de la distribución de espacios y tiempos.
- g) El uso adecuado de procedimientos, estrategias e instrumentos de evaluación variados.
- h) Las medidas de inclusión educativa adoptadas para dar respuesta al alumnado.
- i) La utilización del Diseño Universal para el Aprendizaje tanto en los procesos de enseñanza y aprendizaje como en la evaluación.
- j) La comunicación y coordinación mantenida con las familias, además de su participación.

El resultado de la evaluación de este proceso aportará información relevante para plantear la revisión y modificación, si fuese necesario, de las programaciones didácticas y los planes de refuerzo.

A continuación se establecen unas tablas para la autoevaluación docente y la evaluación entre docentes:

Para realizar la **autoevaluación docente** se establecen los siguientes niveles de logro:

1= Nada, 2 = Poco, 3=Bastante, 4= Mucho

Para realizar esta autoevaluación se cumplimentará la siguiente planilla:

CUESTIONES	Valoración		
	1ª ev	2ª ev	final
A.- Programación			
<b>Doy a conocer a principio de curso una síntesis de la programación.</b>			
<b>Desarrollo la programación siguiendo una planificación.</b>			
<b>Los contenidos programados me han permitido desarrollar las competencias clave.</b>			
B.- Metodología, materiales, recursos, espacios y tiempos			
<b>Utilizo nuevos recursos tecnológicos y audiovisuales.</b>			
<b>Uso artículos y/o materiales de elaboración propia.</b>			
<b>Utilizo formas de presentación diversas: orales, escritas, visuales,...</b>			
<b>Utilizo el refuerzo positivo como método motivador.</b>			



La metodología que utilizo fomenta los aprendizajes cooperativos.			
Utilizo recursos variados y suficientes para atender la diversidad del alumnado.			
La distribución de las tareas en el tiempo de clase es la más adecuada.			
Rentabilizamos el uso de espacios de los que disponemos.			
<b>C. – Evaluación</b>			
Las pruebas se ajustan a lo trabajado en clase.			
Utilizo diferentes instrumentos de evaluación.			
El alumnado ha utilizado la autoevaluación y coevaluación.			
Las estrategias y los instrumentos de evaluación me permiten valorar si el alumnado ha alcanzado las competencias clave.			
La corrección de actividades, pruebas y exámenes permite a los alumnos obtener información sobre su proceso de aprendizaje.			
Los criterios de calificación me permiten valorar todos los aspectos del aprendizaje del alumnado.			
Los profesores que impartimos clase al mismo nivel hemos homogeneizado criterios y realizado una prueba de calibración.			
He permitido que me evalúe el alumnado.			

La coevaluación se realizará con los indicadores de logro que exponemos a continuación cumplimentando el siguiente cuestionario:

1= Nada, 2 = Poco, 3=Bastante, 4= Mucho

1. Elaboración de la Programación didáctica

1. Adapta los objetivos a las características del alumnado, a las competencias básicas que debe alcanzar y al entorno del centro docente	
ACTUACIONES	VALORACIÓN



2. Distribuye adecuadamente los contenidos mediante secuencias a lo largo del curso	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

3. Prevé el tratamiento de contenidos acordes con el PE, relacionados con la salud, convivencia, interculturalidad, cuidado del medio ambiente...	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

4. Establece los criterios de evaluación y calificación coherentes con los objetivos y contenidos previstos	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

5. Define aspectos básicos de la metodología para orientar el trabajo en el aula	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

6. Diseña estrategias para dar una respuesta adecuada a la diversidad	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

2. Desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje

1. El docente hace una presentación del tema para motivar al alumnado hacia el estudio de los contenidos propuestos y utiliza estrategias para descubrir sus conocimientos previos.
---



ACTUACIONES	VALORACIÓN

2. Utiliza un discurso en el aula para desarrollar el proceso de enseñanza y aprendizaje que estimula y mantiene el interés del alumnado hacia el tema objeto de estudio

ACTUACIONES	VALORACIÓN

3. El alumno participa en las actividades que se realizan en el aula, aportando sus opiniones, formulando preguntas...

ACTUACIONES	VALORACIÓN

4. El alumnado utiliza procedimientos para buscar y analizar la información

ACTUACIONES	VALORACIÓN

5. El alumnado utiliza procedimientos para revisar y consolidar lo aprendido, y lo contrasta con los demás

ACTUACIONES	VALORACIÓN

6. El alumnado realiza actividades de recuperación y refuerzo, de enriquecimiento y ampliación

ACTUACIONES	VALORACIÓN



7. El alumnado trabaja en agrupamientos diversos para acometer actividades de distintos tipos: trabajo individual, en grupo, cooperativo, de investigación...	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

8. El alumnado utiliza además del libro de texto, otros materiales didácticos para sus aprendizajes (libros de consulta, prensa, TIC...)	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

3. La evaluación del alumnado

1. Realiza la evaluación inicial para obtener información sobre los conocimientos, destrezas y actitudes del alumnado, la evaluación del progreso de los aprendizajes a lo largo de la unidad didáctica y la evaluación final de los mismos	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

2. Utiliza instrumentos variados para evaluar los distintos aprendizajes, coherentes con los criterios de evaluación definidos en la programación y con las competencias que el alumno debe alcanzar	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

3. Registra las observaciones realizadas en las distintas etapas del proceso de evaluación (corrección de trabajos, resultados de pruebas, dificultades y logros del alumnado, actitudes ante el aprendizaje...)	
ACTUACIONES	VALORACIÓN



--	--

4. Favorece el desarrollo de estrategias de autoevaluación y coevaluación en el alumnado para analizar sus propios aprendizajes	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

4. Evaluación del proceso de enseñanza

1. Evalúa y registra el seguimiento de su propia actuación en el desarrollo de las clases (diario de clase, cuaderno de notas o registro de observación...)	
ACTUACIONES	VALORACIÓN
2. Realiza una coevaluación de su propia actuación como docente	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

**8.- MEDIOS DE INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN CON EL ALUMNADO Y CON LAS FAMILIAS.**

El medio preferente de información y comunicación con alumnado y familias será el módulo de “Seguimiento educativo” de la plataforma EDUCAMOSCLM.

La información y la comunicación se harán enviando el correspondiente mensaje por el módulo de “Comunicación”, de manera que quede registrado. Además, se puede comprobar su lectura.

También se utilizará para informar a las familias trimestralmente, tanto de la calificación de la evaluación (que aparece en el Informe de evaluación) como, en su caso, de los resultados de la recuperación de una evaluación pendiente, así como para enviar los planes de recuperación y, en su caso, otros informes.



En casos urgentes se utilizará el teléfono del centro y, cuando proceda, carta certificada con acuse de recibo.

Los procedimientos de evaluación y los criterios de evaluación y de calificación se harán públicos, para conocimiento de las familias y del propio alumnado, de la forma que decida el centro. No obstante, al alumnado se le informará en clase y a través del aula virtual de la asignatura.

También se informará verbalmente al alumnado en clase de las cuestiones precisas para su proceso de enseñanza-aprendizaje y, del mismo modo, el profesor se entrevistará con las familias cuando proceda.

## 9. PLAN DE LECTURA.

El Plan de Lectura de Centro ha de ordenar y articular el tratamiento de la lectura en el centro educativo, a partir de un conjunto de medidas curriculares y organizativas dirigidas a potenciar y desarrollar en el alumnado, de infantil a bachillerato, la competencia lectora y consolidar hábitos de lectura para favorecer su desarrollo individual y colectivo.

Todos los docentes, de todas las etapas educativas, lo son de lectura y su participación e implicación asegura la integración del currículo en el plan de lectura y la incorporación de cualquier saber básico sea cual sea el área o la materia. Es responsabilidad de todo el profesorado la inclusión de los objetivos y contenidos del plan de lectura en sus programaciones de aula para asegurar la mejora de la competencia lectora, el hábito lector y el placer de leer.

La lectura se trabaja en todas las competencias específicas de Educación Física mediante la elaboración de trabajos y comprensión de apuntes y textos relacionados con los saberes básicos.

Relación de las situaciones de aprendizaje de Educación Física con el Plan de Lectura del IES Parque Lineal.

### 1. OBJETIVOS Y ACTUACIONES.

Bloque de contenidos	de	Objetivos	Actividades	Temporalización/ Responsables	Recursos
<b>Aprender a leer</b>		Utilizar la lectura comprensiva como herramienta para mejorar el conocimiento.	Leer en clase textos especializados para trabajar la comprensión lectora.	Los tres trimestres con una duración total de 4 sesiones por trimestre. Profesorado.	Apuntes del profesorado y trabajos del alumnado / Biblioteca

	Mejorar la fluidez del alumno al leer en voz alta.	Practicar la lectura individual y en voz alta, en gran y pequeño grupo.		escolar
<b>Leer para aprender</b>	Mejorar la adquisición de información a través de la lectura. Adquirir habilidad para recopilar, seleccionar e interpretar datos a través de la lectura.	Leer en clase textos en formatos diferentes de forma cooperativa. Interpretar, exponer y reflexionar sobre los documentos trabajados.	Último trimestre / Profesorado.	Hojas de registro/ biblioteca escolar.
<b>El placer de leer</b>	Fomentar el hábito y el gusto por la lectura de forma cada vez más autónoma.	Recomendación de lecturas al alumnado por parte del profesorado y del propio alumnado.	Segundo trimestre / Profesorado.	TIC. Personales. Recursos propios del centro y de las bibliotecas.
<b>El lenguaje oral</b>	Mejorar la capacidad de hablar y expresarse en público. Producir textos orales planificados dirigidos a iguales.	Exposiciones orales de trabajos previamente escritos (o PPT).	Tercer trimestre / Profesorado.	Hojas de registro realización de debates/ exposiciones orales, etc.

También proponemos dentro de la actividad de centro relacionada con la performance interdepartamental (Música, Artes Plásticas, Orientación, etc.) que se realizará con ocasión del Año Picasso (2023), con motivo del fallecimiento de Picasso hace 50 años. Esta actividad consiste en buscar información y realizar una lectura comprensiva sobre el siguiente tema: “Picasso y el deporte”.

## 10.ELEMENTOS TRANSVERSALES .

En la etapa de Educación Secundaria Obligatoria la educación en valores debe de ser complementaria a los contenidos curriculares o saberes básicos. Estos valores se afrontan en las diferentes materias/ámbitos a través de los propios criterios de evaluación, debiéndose también incardinar con los proyectos de centro que los trabajan. Los valores son los pilares en los que se asienta toda sociedad, por tanto, educar en valores debe de ser



una tarea transversal a los contenidos de las materias/ámbitos. Su importancia radica en la necesidad de formar alumnos que sean capaces de desenvolverse de manera cívica y democrática en la sociedad actual.

En la etapa de Educación Secundaria Obligatoria la educación en valores debe de ser complementaria a los contenidos curriculares o saberes básicos. Estos valores se afrontan en las diferentes materias/ámbitos a través de los propios criterios de evaluación, debiéndose también incardinar con los proyectos de centro que los trabajan. Los valores son los pilares en los que se asienta toda sociedad, por tanto, educar en valores debe de ser una tarea transversal a los contenidos de las materias/ámbitos. Su importancia radica en la necesidad de formar alumnos que sean capaces de desenvolverse de manera cívica y democrática en la sociedad actual.

Los más relevantes son los siguientes:

La comprensión lectora, la expresión oral y escrita, la comunicación audiovisual, y el uso de las tecnologías de la información y la comunicación.

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

El aprendizaje de la prevención y resolución pacífica de conflictos en todos los ámbitos de la vida personal, familiar y social, así como de los valores que sustentan la libertad, la justicia, la igualdad, el pluralismo político, la paz y la democracia.

El respeto a los derechos humanos, el respeto a los hombres y mujeres por igual, a las personas con discapacidad y al estado de derecho.

El rechazo a la violencia terrorista y el respeto y la consideración a las víctimas del terrorismo, así como la prevención del terrorismo y de cualquier tipo de violencia.

El desarrollo sostenible y el medioambiente.

Los riesgos de explotación y abuso sexual.

Las situaciones de riesgo derivadas de la inadecuada utilización de las tecnologías de la información y la comunicación.

La protección ante emergencias y catástrofes.



Desarrollo y afianzamiento del espíritu emprendedor, adquisición de competencias para la creación y desarrollo de los diversos modelos de empresas y fomento de la igualdad de oportunidades y del respeto al emprendedor y al empresario, así como a la ética empresarial, a partir de aptitudes como la creatividad, la autonomía, la iniciativa, el trabajo en equipo, la confianza en uno mismo y el sentido crítico.

Educación y seguridad vial, mejora de la convivencia y prevención de los accidentes de tráfico, con el fin de que el alumnado conozca sus derechos y deberes como usuario de las vías, en calidad de peatón, viajero y conductor de bicicletas o vehículos a motor, respete las normas y señales, y se favorezca la convivencia, la tolerancia, la prudencia, el autocontrol, el diálogo y la empatía con actuaciones adecuadas tendentes a evitar los accidentes de tráfico y sus secuelas.

## 11. MATERIALES CURRICULARES Y RECURSOS DIDÁCTICOS

Para especificar el material, nos vamos a basar en la clasificación aportada por el centro educativo y en Juan Carlos Fernández Truán y colaboradores (2002) para los materiales de educación física.

### 11.1. MATERIALES CURRICULARES Y RECURSOS BIBLIOGRÁFICOS

LIBROS DE TEXTO			
Título	Autor	Editorial	Fecha de implantación
Apuntes y recursos digitales del profesorado	Profesorado del Departamento		

LIBROS RECOMENDADOS			
Título	Autor	Editorial	
<i>Actividades prácticas en educación física. ¿Cómo utilizar materiales de desecho?</i>	Carlos Velázquez Callado y Otros		Escuela Española
<i>Actividades en la naturaleza. Atletismo. Balonmano. Ciclismo.</i>	Varios autores		M.E.C.



<i>El alumnado con discapacidad (II). Fútbol. Juegos y deportes alternativos. La actividad física y deporte extraescolar en los centros educativos. Natación y sus especialidades deportivas. Prebéisbol. Voleibol. Guía para una educación física no sexista.</i>		
<i>100 ejercicios y juegos aplicados a las actividades corporales de expresión</i>	Paidotribo.	Mercé Mateu y Otros
<i>Nuevas perspectivas curriculares en Educación Física: la salud y los juegos modificados.</i>	INDE	José Devís Devís
<i>Actividad física y salud en la infancia y la adolescencia. Guía para todas las personas que participan en su educación.</i>	MEC y MSC	Varios autores

## 11.2. RECURSOS MATERIALES

<b>Denominación</b>	<b>Ubicación</b>	<b>Observaciones</b>
Cuaderno de evaluación y seguimiento del alumno: Tabla de Excel Cuaderno impreso	Ordenador del profesor Pendrive USB Departamento	
Pizarra	Gimnasio	Material visual fijo
Tablero de corcho	Hall	Material visual fijo
Espalderas, canastas y porterías fútbol-sala,	Gimnasio	Material específico de EF fijo y anclado
Altavoces	Gimnasio	Material fijo accesorio
Mesa de ping-pong, postes de voleibol y multiusos, amplificador, mp3	Gimnasio y almacén	Móvil complementario o de medición
Plinto, colchonetas, quitamiedos, bancos suecos, vallas atletismo, saltómetros	Gimnasio y almacén	Móvil reglamentario
Discos, bolas lanzamiento de peso, mancuernas	Almacén	Deportivo y de entrenamiento
Balones medicinales, cuerdas,	Almacén	Fungible de acondicionamiento físico
Cinta métrica, cronómetro, silbato, petos, conos, compresor eléctrico, sacos cajas y jaulas portabalones,	Almacén	Fungible auxiliar o de medición
Discos voladores, picas, bolas de petanca, aros, combas, pelotas ritmo, balones goma-espuma, balones goma-espuma	Almacén	Fungible de EF de base



recubierto foam.		
Raqueta de bádminton, botes de volantes, sticks de floorball, pelotas de floorball, bate y guante de béisbol de madera, esterillas, raquetas des Shuttleball, raquetas de tenis de mesa, pelotas de ping-pong, pelotas de tenis, balones de fútbol-sala, balones de balonmano, balones de baloncesto, balones de rugby, diabólos.	Almacén	Fungible deportivo
Balones y pelotas para invidentes	Almacén	Fungible adaptado

### 11.3. RECURSOS AUDIOVISUALES

Denominación	Ubicación	Observaciones
Amplificador estéreo	Almacén del gimnasio	
Móviles del alumnado como reproductores musicales	El alumnado	
Proyector	Secretaría	

### 11.4. RECURSOS INFORMÁTICOS



<b>Denominación</b>	<b>Ubicación</b>	<b>Observaciones</b>
Aulas virtuales "Educamosclm"	Plataforma "Educamosclm"	
Ordenador Portátil del docente	El profesor	
Ordenadores de las aulas de informática	Aulas de los ciclos Formativos	
Netbooks y ordenadores Lenovo del centro educativo	En el centro educativo	
Unidades didácticas en word	Ordenadores del profesorado	
Presentaciones en Power Point	Ordenadores del profesorado	
Libro del alumno en pdf	Ordenadores del profesorado y recursos informáticos del alumnado (tablet, móvil, ...)	
Páginas web relacionadas con los contenidos de la materia.	Internet	

### 11.5. RECURSOS DEL ENTORNO

<b>Denominación</b>	<b>Ubicación</b>	<b>Observaciones</b>
Pabellón polideportivo "Juan de Toledo"	Calle Juan de Toledo	
Parque lineal	Parque lineal	
Campo de fútbol	Ginés Meléndez	

**12.- ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS y EXTRACURRICULARES**

Las actividades complementarias contribuyen al desarrollo de objetivos y contenidos de la materia / ámbito / módulo establecidos en el Currículo de Castilla-La Mancha en contextos no formales.

Favorecen el proceso de adquisición de las competencias clave fueran del ámbito académico pero en relación con los aprendizajes realizados en el mismo. Permiten aplicar lo aprendido en situaciones reales de la vida cotidiana y contribuyen positivamente al proceso de socialización y madurez personal.

Se consideran actividades complementarias tanto aquellas como suplantación y los desplazamientos a los diferentes entornos de realización de las mismas.

**PARA TODOS LOS NIVELES**

<b>ACTIVIDAD.</b>
<b>CARRERA SOLIDARIA</b>
<b>LUGAR DE REALIZACIÓN.</b>
Parque lineal/ Campo de fútbol Ginés Meléndez
<b>OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Colaborar a través del deporte en una acción solidaria.</li> <li>● Concienciar de la necesidad de ayudar a los niños más desfavorecidos.</li> <li>● Estimular la resistencia aeróbica.</li> <li>● Fomentar los objetivos del “Plan de Igualdad del IES Parque Lineal”.</li> </ul>
<b>HORARIO DE LA ACTIVIDAD</b>
11:30-14:20
<b>FECHA DE REALIZACIÓN.</b>
2º Trimestre
<b>ALUMNADO AL QUE VA DIRIGIDA</b>
Toda la comunidad educativa.
<b>PROFESORADO ACOMPAÑANTE</b>
Miguel Tortosa Martínez Nieves Azaña Cifuentes Juana Tornero Jiménez Josefa Martínez Martínez Nuria García Valiente





<b>COSTE APROXIMADO</b>
200 euros
<b>FINANCIACIÓN</b>
AMPA / CENTRO EDUCATIVO / ONG Local de Albacete

<b>ACTIVIDAD.</b>
<b>DESPLAZAMIENTOS ACTIVOS</b>
<b>LUGAR DE REALIZACIÓN.</b>
IES Parque lineal
<b>OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>● Tomar conciencia de la importancia de las normas de educación vial.</li><li>● Fomentar el uso responsable de la bicicleta, patinete ...</li><li>● Incentivar el desplazamiento activo.</li></ul>
<b>HORARIO DE LA ACTIVIDAD</b>
Durante cualquier desplazamiento al centro o desde el mismo.
<b>FECHA DE REALIZACIÓN.</b>
Septiembre
<b>ALUMNADO AL QUE VA DIRIGIDA</b>
Toda la comunidad educativa.
<b>PROFESORADO ACOMPAÑANTE</b>
Miguel Tortosa Martínez Nieves Azaña Cifuentes Juana Tornero Jiménez Josefa Martínez Martínez Nuria García Valiente
<b>COSTE APROXIMADO</b>
Gratuita
<b>FINANCIACIÓN</b>



**Ayuntamiento / Diputación / Delegación de Educación**

**ESO y Bachillerato**

**ACTIVIDAD.**

**COMPETICIONES DEPORTIVAS INTERCENTROS**

**LUGAR DE REALIZACIÓN.**

**Universidad Laboral**

**Pabellón Lepanto**

**OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD**

- **Fomentar las actividades físicas, deportivas, hábitos alimentarios como forma de vida.**
- **Mejorar la convivencia y la asistencia a través de las actividades físicas y deportivas.**
- **Promover hábitos saludables de alimentación y deporte fuera del contexto escolar**

**HORARIO DE LA ACTIVIDAD**

**8:20 a 14:15**

**FECHA DE REALIZACIÓN.**

**Día lectivo variable posiblemente antes de las vacaciones o acordado con otros centros. En el primer trimestre 1º de ESO y 3er trimestre para 4º de ESO.**

**3er trimestre el certamen intercentros rítmico de Albacete**

**ALUMNADO AL QUE VA DIRIGIDA**

**Los 1º y 4º de ESO en la universidad laboral, todos los grupos**

**Los 3º, 4º y 1º bachi, grupos de bailes no todo el grupo**

**PROFESORADO ACOMPAÑANTE**



**Miguel Tortosa Martínez**

**Juana Tornero Jiménez  
Josefina Martínez  
Martínez**

**Profesorado del centro**

**COSTE APROXIMADO**

**Gratuito.**

**FINANCIACIÓN**

**ACTIVIDAD.**

**TALLERES ACTIVOS Y SALUDABLES**

**LUGAR DE REALIZACIÓN.**

**Polideportivo del centro**

**Aulas del centro**

**Campo de fútbol Ginés Meléndez**

**OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD**

- **Fomentar las actividades físicas, deportivas, alternativas, rítmicas y los juegos de mesa para ocupar el tiempo de ocio de manera saludable.**
- **Mejorar la convivencia y la asistencia a través de las actividades físicas y deportivas.**

**HORARIO DE LA ACTIVIDAD**

**8:20 a 14:15**

**FECHA DE REALIZACIÓN.**

**Al terminar la evaluación.**

**ALUMNADO AL QUE VA DIRIGIDA**

**1º y 2º de ESO**

**PROFESORADO ACOMPAÑANTE**



**Miguel Tortosa Martínez**  
**Nieves Azaña Cifuentes**  
**Juana Tornero Jiménez**  
**Josefa Martínez Martínez**  
**Nuria García Valiente**

**En colaboración con el alumnado del ciclo de Acondicionamiento físico.**



<b>Profesorado del centro</b>
<b>COSTE APROXIMADO</b>
Por determinar en base al material que falte en cada una de las sesiones.
<b>FINANCIACIÓN</b>
Centro educativo / AMPA

<b>ACTIVIDAD.</b>
Actividades lúdicas y visita al Santiago Bernabéu
<b>LUGAR DE REALIZACIÓN.</b>
Polideportivo del centro Aulas del centro
<b>OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>● Realizar un recorrido guiado al campo del Real Madrid para visitar sus instalaciones y trofeos.</li><li>● Mejorar la convivencia del alumnado a través de las actividades lúdicas deportivas.</li></ul>
<b>HORARIO DE LA ACTIVIDAD</b>
7:20 a 19:15
<b>FECHA DE REALIZACIÓN.</b>
2º trimestre
<b>ALUMNADO AL QUE VA DIRIGIDA</b>
1º de ESO
<b>PROFESORADO ACOMPAÑANTE</b>
Miguel Tortosa Martínez Juana Tornero Jiménez Josefa Martínez Martínez



<b>Profesorado del centro</b>
<b>COSTE APROXIMADO</b>
50 Euros
<b>FINANCIACIÓN</b>
Familias

<b>ACTIVIDAD.</b>
ESQUÍ
<b>LUGAR DE REALIZACIÓN.</b>
Pirineo Panticosa
<b>OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Fomentar las actividades físicas y deportivas para ocupar el tiempo de ocio de manera saludable.</li> <li>● Iniciarse en habilidades específicas de deportes realizados en la naturaleza.</li> <li>● Mejorar la convivencia a través del cumplimiento de las normas de las diferentes actividades realizadas.</li> </ul>
<b>HORARIO DE LA ACTIVIDAD</b>
3 días 3 de esquí
<b>FECHA DE REALIZACIÓN.</b>
Enero
<b>ALUMNADO AL QUE VA DIRIGIDA</b>
3º, 4º ESO de ESO, 1ºBachillerato
<b>PROFESORADO ACOMPAÑANTE</b>
Miguel Tortosa Martínez Josefa Martínez Martínez Llanos Navalón Tornero Francisco Pérez Davia
<b>COSTE APROXIMADO</b>
Entre 390-400 €



<b>FINANCIACIÓN</b>
Familias

<b>ACTIVIDAD.</b>
<b>ACTIVIDADES NÁUTICAS</b>
<b>LUGAR DE REALIZACIÓN.</b>
La Manga del Mar Menor y Santa Pola
<b>OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>● Fomentar las actividades físicas y deportivas para ocupar el tiempo de ocio de manera saludable.</li><li>● Iniciarse en habilidades específicas en un entorno natural distinto al de la localidad.</li><li>● Mejorar la convivencia del alumnado a través de las relaciones socio-afectivas que puedan surgir en las diferentes actividades realizadas (alojamiento, comidas, navegación, etc.).</li></ul>
<b>HORARIO DE LA ACTIVIDAD</b>
7:00-22:00
<b>FECHA DE REALIZACIÓN.</b>
Una actividad en primer trimestre en Octubre y la otra en el tercero Mayo-Junio
<b>ALUMNADO AL QUE VA DIRIGIDA</b>
1º ESO y 4º ESO
<b>PROFESORADO ACOMPAÑANTE</b>
Miguel Tortosa Martínez Juana Tornero Jiménez Josefa Martínez Martínez Nuria García Valiente
<b>COSTE APROXIMADO</b>



<b>35 a 40 euros</b>
<b>FINANCIACIÓN</b>
Familias

<b>ACTIVIDAD.</b>
Iniciación al Patinaje sobre hielo más actividades deportivas en la playa de Santa Pola
<b>LUGAR DE REALIZACIÓN.</b>
Pista de hielo de Elche
<b>OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>● Fomentar las actividades físicas y deportivas para ocupar el tiempo de ocio de manera saludable.</li><li>● Iniciarse en habilidades específicas en un medio distinto.</li><li>● Mejorar la convivencia del alumnado del instituto desarrollando una actividad lúdica.</li></ul>
<b>HORARIO DE LA ACTIVIDAD</b>
De 8:20 a 19:00
<b>FECHA DE REALIZACIÓN.</b>
3ª trimestre
<b>ALUMNADO AL QUE VA DIRIGIDA</b>
2º ESO
<b>PROFESORADO ACOMPAÑANTE</b>
Miguel Tortosa Martínez Juana Tornero Jiménez Josefina Martínez Martínez Nuria García Valiente
<b>COSTE APROXIMADO</b>
20-30 euros
<b>FINANCIACIÓN</b>

**Familias**

<b>ACTIVIDAD.</b>
<b>SENDERISMO + visita guiada por el casco histórico de Chinchilla</b>
<b>LUGAR DE REALIZACIÓN.</b>
<b>Sierra Procomunal de Chinchilla</b>
<b>OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>● Fomentar el senderismo como actividad saludable de ocupación del tiempo de ocio.</li><li>● Conocer y respetar el entorno natural de los alrededores de Albacete. .</li><li>● Mejorar la convivencia del alumnado, profesores y familias.</li></ul>
<b>HORARIO DE LA ACTIVIDAD</b>
<b>8:20-14:20</b>
<b>FECHA DE REALIZACIÓN.</b>
<b>2º trimestre</b>
<b>ALUMNADO AL QUE VA DIRIGIDA</b>
<b>2º de ESO</b>
<b>PROFESORADO ACOMPAÑANTE</b>
<b>Miguel Tortosa Martínez Juana Tornero Jiménez Josefina Martínez Martínez Nuria García Valiente</b>
<b>COSTE APROXIMADO</b>
<b>10 euros</b>
<b>FINANCIACIÓN</b>
<b>Familias</b>



--

<b>ACTIVIDAD.</b>
<b>INICIACIÓN AL PÁDEL</b>
<b>LUGAR DE REALIZACIÓN.</b>
Pistas del polígono Campollano
<b>OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>● Fomentar las actividades físicas y deportivas para ocupar el tiempo de ocio de manera saludable.</li><li>● Iniciarse en habilidades específicas que no podemos practicar en las instalaciones del centro educativo.</li><li>● Mejorar la convivencia a través del cumplimiento de las normas de las diferentes actividades realizadas.</li></ul>
<b>HORARIO DE LA ACTIVIDAD</b>
11:30-14:15
<b>FECHA DE REALIZACIÓN.</b>
Primer trimestre
<b>ALUMNADO AL QUE VA DIRIGIDA</b>
3º de ESO
<b>PROFESORADO ACOMPAÑANTE</b>
Miguel Tortosa Martínez Juana Tornero Jiménez Josefina Martínez Martínez Nuria García Valiente
<b>COSTE APROXIMADO</b>
5-10 euros
<b>FINANCIACIÓN</b>

**Familias**

<b>ACTIVIDAD.</b>
<b>INICIACIÓN AL RUGBY</b>
<b>LUGAR DE REALIZACIÓN.</b>
<b>Campo de fútbol paseo de la cuba o polideportivo Juan de Toledo</b>
<b>OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>● Fomentar las actividades físicas y deportivas para ocupar el tiempo de ocio de manera saludable.</li><li>● Iniciarse en habilidades específicas que no podemos practicar en las instalaciones del centro educativo.</li><li>● Mejorar la convivencia a través del cumplimiento de las normas de las diferentes actividades realizadas.</li></ul>
<b>HORARIO DE LA ACTIVIDAD</b>
<b>Horario lectivo</b>
<b>FECHA DE REALIZACIÓN.</b>
<b>Marzo-Abril</b>
<b>ALUMNADO AL QUE VA DIRIGIDA</b>
<b>3º de ESO</b>
<b>PROFESORADO ACOMPAÑANTE</b>
<b>Club de Rugby Albacete</b>
<b>COSTE APROXIMADO</b>
<b>Gratuito</b>
<b>FINANCIACIÓN</b>
<b>Club Rugby Albacete</b>





<b>ACTIVIDAD.</b>
<b>Orientación</b>
<b>LUGAR DE REALIZACIÓN.</b>
<b>“LA MARMOTA” Y LA PULGOSA</b>
<b>OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>● Fomentar las actividades físicas y deportivas en entornos naturales para ocupar el tiempo de ocio de manera saludable.</li><li>● Iniciarse en habilidades específicas de las carreras de Orientación.</li><li>● Conocer y respetar entornos naturales de la provincia de Albacete.</li></ul>
<b>HORARIO DE LA ACTIVIDAD</b>
<b>9:00-14:15</b>
<b>FECHA DE REALIZACIÓN.</b>
<b>Octubre, Noviembre y/o Abril dependiendo de la climatología</b>
<b>1º de ESO 2º de ESO en la Pulgosa y 4º de ESO en la Marmota</b>
<b>ALUMNADO AL QUE VA DIRIGIDA</b>
<b>1º ESO, 2º ESO y 4º de ESO</b>
<b>PROFESORADO ACOMPAÑANTE</b>
<b>Miguel Tortosa Martínez</b> <b>Miguel Morcillo Garrido</b> <b>Ramón Hervas Vera</b> <b>Juana Tornero Jiménez</b> <b>Josefa Martínez Martínez</b> <b>Mª Cruz Buedo Rubio</b>
<b>COSTE APROXIMADO</b>
<b>5-10 euros</b>
<b>FINANCIACIÓN</b>
<b>Familias</b>

**ACTIVIDAD.****CAMPEONATO DE ESPAÑA DE ORIENTACIÓN****LUGAR DE REALIZACIÓN.**

Por determinar

**OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD**

- Participar y vivir esta experiencia en este tipo de campeonato en edad escolar.

**HORARIO DE LA ACTIVIDAD**

Horario lectivo

**FECHA DE REALIZACIÓN.**

Marzo-Abril

**ALUMNADO AL QUE VA DIRIGIDA**

1º y 2º de ESO

**PROFESORADO ACOMPAÑANTE**

Miguel Morcillo Garrido

**COSTE APROXIMADO**

Gratuito

**FINANCIACIÓN**

Federación Española de Orientación





<b>ACTIVIDAD.</b>
<b>RAID MULTIAVENTURA</b>
<b>LUGAR DE REALIZACIÓN.</b>
Yeste o lugar similar
<b>OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Fomentar la escalada como actividad física para ocupar el tiempo de ocio de manera saludable.</li><li>• Iniciarse en habilidades específicas en un entorno natural distinto al de la localidad.</li><li>• Mejorar la convivencia a través del cumplimiento de las normas de las diferentes actividades realizadas.</li></ul>
<b>HORARIO DE LA ACTIVIDAD</b>
11:00-14:20
<b>FECHA DE REALIZACIÓN.</b>
Tercer trimestre
<b>ALUMNADO AL QUE VA DIRIGIDA</b>
3º de ESO
<b>PROFESORADO ACOMPAÑANTE</b> Miguel Tortosa Martínez Juana Tornero Jiménez Josefa Martínez Martínez Nuria García Valiente
<b>COSTE APROXIMADO</b>



**20- 30euros**

**FINANCIACIÓN**

**Familias**

<b>ACTIVIDAD.</b>
RCP. Reanimación cardiopulmonar.
<b>LUGAR DE REALIZACIÓN.</b>
Biblioteca del centro o gimnasio
<b>OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>● Sensibilizar al alumnado de la importancia que tiene la RCP.</li><li>● Conocer la conducta PAS y la realización de la RCP.</li><li>● Identificar situaciones de emergencia en las que es necesario iniciar la RCP.</li></ul>
<b>HORARIO DE LA ACTIVIDAD</b>
9:00-14:30
<b>FECHA DE REALIZACIÓN.</b>
Octubre-diciembre y/o marzo-abril
<b>ALUMNADO AL QUE VA DIRIGIDA</b>
3º, 4º de ESO, 1º de Bachillerato
<b>PROFESORADO ACOMPAÑANTE</b>
Miguel Tortosa Martínez Juana Tornero Jiménez  Nuria García Valiente
<b>COSTE APROXIMADO</b>
Actividad gratuita
<b>FINANCIACIÓN</b>
Material del ciclo formativo



--

<b>ACTIVIDAD.</b>
<b>VISITA GIMNASIO ACERO SPORT</b>
<b>LUGAR DE REALIZACIÓN.</b>
<b>Albacete</b>
<b>OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Descubrir cómo funciona un centro fitness para ocupar el tiempo de ocio de manera saludable.</li><li>• Observar y realizar diferentes actividades físico-deportivas realizadas en un gimnasio.</li><li>• Mejorar la cooperación del alumnado al realizar actividades fuera del centro.</li></ul>
<b>HORARIO DE LA ACTIVIDAD</b>
<b>11:00-14:15</b>
<b>FECHA DE REALIZACIÓN.</b>
<b>Primer trimestre</b>
<b>ALUMNADO AL QUE VA DIRIGIDA</b>
<b>1º de Bachillerato</b>
<b>PROFESORADO ACOMPAÑANTE</b>



**Miguel Tortosa Martínez**

**Juana Tornero Jiménez**



<b>COSTE APROXIMADO</b>
Gratuita
<b>FINANCIACIÓN</b>

<b>ACTIVIDAD.</b>
<b>DEPORTE ADAPTADO</b>
<b>LUGAR DE REALIZACIÓN.</b>
Polideportivo Juan de Toledo
<b>OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>● Fomentar las diferentes sensibilidades hacia la práctica deportiva.</li><li>● Valorar y tomar conciencia de otras formas de practicar deporte.</li></ul>
<b>HORARIO DE LA ACTIVIDAD</b>
11:00-14:15
<b>FECHA DE REALIZACIÓN.</b>
Segundo trimestre
<b>ALUMNADO AL QUE VA DIRIGIDA</b>
1º de Bachillerato
<b>PROFESORADO ACOMPAÑANTE</b>
Miguel Tortosa Martínez Juana Tornero Jiménez
<b>COSTE APROXIMADO</b>
Gratuita
<b>FINANCIACIÓN</b>



<b>ACTIVIDAD.</b>
<b>Camino de Santiago.</b>
<b>LUGAR DE REALIZACIÓN.</b>
<b>Galicia</b>
<b>OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>● <b>Fomentar en intercambio de experiencias con las diferentes actividades físicas y deportivas para ocupar el tiempo de ocio de manera saludable.</b></li><li>● <b>Realizar unas jornadas de senderismo además de valorar el entorno natural y cultural por el que discurre el camino.</b></li><li>● <b>Mejorar la convivencia del grupo a través de las jornadas del camino así como con las dinámicas de grupo organizadas.</b></li></ul>
<b>HORARIO DE LA ACTIVIDAD</b>



<b>FECHA DE REALIZACIÓN.</b>
tercer trimestre
<b>ALUMNADO AL QUE VA DIRIGIDA</b>
1º Bachillerato y si hace falta 4º para completar plazas
<b>PROFESORADO ACOMPAÑANTE</b>
Miguel Tortosa Martínez Juana Tornero Jiménez Josefa Martínez Martínez Nuria García Valiente
<b>COSTE APROXIMADO</b>
200-300 Euros
<b>FINANCIACIÓN</b>
Por parte del alumnado



ETAPA:

**Bachillerato**

CURSO:

**1º curso**

Curso: **2025-2026**

# PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

Materia común.

**EDUCACIÓN FÍSICA**

Departamento: Educación Física

<b>ÍNDICE</b>		
<b>APARTADO</b>	<b>CONTENIDO</b>	<b>PÁGINA</b>
1	<b>CONSIDERACIONES GENERALES</b>	4
1.1	Marco normativo	4
1.2.	Contextualización	5
2	<b>OBJETIVOS GENERALES DE ETAPA</b>	6
3	<b>COMPETENCIAS CLAVE Y PERFIL DE SALIDA DEL ALUMNADO</b>	7
3.1	Contribución de la materia a la consecución de las competencias clave	8
4	<b>SABERES BÁSICOS, COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>	9
4.1.	Saberes básicos	10
4.2.	Competencias específicas	13
4.3	Descriptorios operativos	18
4.4.	Criterios de evaluación	20
4.5.	Organización de los saberes básicos, competencias específicas, criterios de evaluación y descriptorios operativos	22
4.6.	Secuenciación y temporalización	33
5	<b>METODOLOGÍA</b>	34
5.1.	Orientaciones para facilitar el desarrollo de estrategias metodológicas que permitan trabajar por competencias en el aula	34
5.2.	Orientaciones metodológicas para la enseñanza de la materia de educación física	37
5.3.	Situaciones de aprendizaje.	42
6	<b>MEDIDAS DE INCLUSIÓN EDUCATIVA</b>	43



7	<b>EVALUACIÓN</b>	51
7.1.	Criterios de evaluación	52
7.2.	Instrumentos y procedimientos de evaluación	52
7.3.	Fases de evaluación	55
7.4	Evaluación y calificación del proceso de aprendizaje	55
7.5	Recuperación del proceso de aprendizaje	58
7.6.	Evaluación ordinaria	59
7.7.	Evaluación extraordinaria	59
7.8	Grado de adquisición de los descriptores operativos de las competencias clave	60
7.9	Evaluación del proceso de enseñanza y de la práctica docente	61
8	<b>MEDIOS DE INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN CON LAS FAMILIAS Y EL ALUMNADO</b>	67
9	<b>PLAN DE LECTURA</b>	68
10	<b>ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS</b>	68
11	SITUACIONES DE APRENDIZAJE	69



## 1. CONSIDERACIONES GENERALES.

Las programaciones didácticas son instrumentos específicos de planificación, desarrollo y evaluación de cada materia, ámbito o módulo del currículo. Serán elaboradas y modificadas, en su caso, por los departamentos de coordinación didáctica, debiendo ser aprobadas por el claustro del profesorado.

Los apartados de esta programación se ajustan a la Orden 118/2022, de 14 de junio, de la Consejería de Educación, Cultura y Deportes, de regulación de la organización y el funcionamiento de los centros públicos que imparten enseñanzas de Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato y Formación Profesional en la comunidad de Castilla-La Mancha (DOCM 22/06/2022).

### 1.1. MARCO NORMATIVO.

Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (BOE 04/05/2006), modificada por la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (BOE 30/12/2020).

Decreto 83/2022, de 12 de julio, por el que se establece la ordenación y el currículo de Bachillerato en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha (DOCM 14/07/2022).

Decreto 85/2018, de 20 de noviembre, por el que se regula la inclusión educativa del alumnado en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha (DOCM 23/11/2018).

Real Decreto 984/2021, de 16 de noviembre, por el que se regulan la evaluación y la promoción en la Educación Primaria, así como la evaluación, la promoción y la titulación en la Educación Secundaria Obligatoria, el Bachillerato y la Formación Profesional (BOE de 17-11-2021).

Decreto 8/2022, de 8 de febrero, por el que se regulan la evaluación y la promoción en la Educación Primaria, así como la evaluación, la promoción y la titulación en la Educación Secundaria Obligatoria, el Bachillerato y la Formación Profesional en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha (DOCM 14/02/2022).

Orden 187/2022 de 27 de septiembre, de la Consejería de Educación, Cultura y Deportes, por la que se regula la evaluación en Bachillerato en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha (DOCM 30/09/2022).

Orden 118/2022, de 14 de junio, de la Consejería de Educación, Cultura y Deportes, de regulación de la organización y el funcionamiento de los centros públicos que imparten enseñanzas de Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato y Formación Profesional en la comunidad de Castilla-La Mancha (DOCM 22/06/2022).

Resolución de 22/06/2022, de la Consejería de Educación, Cultura y Deportes, por la que se dictan instrucciones para el curso 2022/2023 en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha (DOCM 27/06/2022).

Orden 169/2022, de 1 de septiembre, de la Consejería de Educación, Cultura y Deportes, por la que se regula la elaboración y ejecución de los planes de lectura de los centros docentes de Castilla-La Mancha (DOCM 09/09/2022).



## 1.2. CONTEXTUALIZACIÓN.

El Proyecto Educativo del IES “Parque Lineal” de Albacete integra los principios de no discriminación y de inclusión educativa en sus valores fundamentales, así como el resto de los principios y objetivos recogidos en la Constitución Española y en su desarrollo legal.

Nuestra señas de identidad son: calidad, rigor, cercanía, buen clima de convivencia, plurilingüismo e interculturalidad, apertura al entorno, el Coro del IES “Parque Lineal”, actividades complementarias y extracurriculares, conciencia ambiental y una Formación Profesional de calidad.

En el IES “Parque Lineal” también respondemos a la diversidad: nuestro objetivo es promover el éxito escolar de todo nuestro alumnado. Para ello proporcionamos una educación de calidad, fomentamos el espíritu competencial y la transformación digital, completamos la formación integral de nuestro alumnado en el respeto a la diversidad y fomentamos el diálogo y la mediación.

El centro participa en proyectos de innovación como el Proyecto “Formación en competencias STEAM”, “Aula del Futuro”, Agenda 21 Escolar H2030, etc.

Contamos con un plan digital de centro y este curso vamos a elaborar el plan de lectura de centro y a actualizar el plan de igualdad y convivencia.

### Características de la materia de Educación Física.

La Educación Física en Bachillerato plantea dos líneas de evolución claras. La primera, dar continuidad al trabajo realizado en la educación obligatoria y a los retos clave que en ella se abordaron, como, por ejemplo, que el alumnado consolidase un estilo de vida activo, disfrutase de su propia corporalidad y de las manifestaciones culturales de carácter motor, desarrollase activamente actitudes eco-socialmente responsables o afianzase el desarrollo de todos los procesos de toma de decisiones que intervienen en la resolución de situaciones motrices. Estos elementos contribuyen a que el alumnado sea motrizmente competente, facilitando así su desarrollo integral, puesto que la motricidad constituye un elemento esencial del propio aprendizaje. En segundo lugar, en esta etapa, la materia adopta un carácter propedéutico. En este sentido, la evolución que en la última década han experimentado la actividad física, el deporte, la salud y el uso del tiempo libre, explica el incremento exponencial que se ha producido en la oferta de titulaciones y opciones laborales relacionadas con la misma. La materia tratará de presentar una amplia gama de alternativas representativas de la versatilidad de la disciplina que sirva para acercar al alumnado a esta serie de profesiones y posibilidades de estudio, ya sea en el ámbito universitario, en el de la formación profesional o en el de las enseñanzas deportivas.

Los descriptores de las competencias establecidos para el Bachillerato, junto con los objetivos generales de esta etapa, establecen el punto de partida para la definición de las competencias específicas de esta materia. Este elemento curricular se convierte en el referente a seguir para dar forma a la Educación Física que se pretende desarrollar: más competencial, actual y alineada con los retos del siglo XXI.

Las competencias específicas de la materia de Educación Física recogen y sintetizan estas líneas de trabajo, que buscan consolidar un estilo de vida activo y saludable que permita al alumnado perpetuar a lo largo de su vida hábitos vinculados con la planificación autónoma y la autorregulación de su práctica física, así como el resto de los componentes que afectan a la salud.

En la educación obligatoria, la motricidad se ha desarrollado a través de innumerables prácticas motrices durante las etapas anteriores, con diferentes lógicas internas, con objetivos variados, en contextos de certidumbre e incertidumbre y con distintas finalidades. En la etapa de Bachillerato se continuará incidiendo en el dominio del ámbito corporal, profundizando en los componentes técnico-tácticos de sus manifestaciones, así como en los factores que condicionan su adecuada puesta en práctica.



Por otro lado, aunque las capacidades de carácter cognitivo y motor sigan siendo claves para abordar con éxito diferentes situaciones motrices, para el desarrollo integral seguirá siendo importante en Bachillerato, y especialmente de cara al futuro personal y profesional, las capacidades de carácter afectivo-motivacional, de relaciones interpersonales y de inserción social. De este modo, el alumnado tendrá que ser capaz de gestionar sus emociones y sus habilidades sociales no solo en contextos variados de práctica motriz, sino también en el ejercicio de otros roles que rodean a la actividad física que le permitirán demostrar liderazgo, empatía y capacidad para la gestión de grupos.

Las distintas manifestaciones de la cultura motriz seguirán constituyendo un elemento fundamental a abordar durante esta etapa. En esta ocasión, además de la propia experimentación motriz, se pretende profundizar en el conocimiento de los factores sociales, económicos, políticos o culturales que han ido dando forma a cada manifestación, para comprender mejor su evolución, así como los valores universales que fomentan.

Finalmente, se deberá continuar insistiendo en la necesidad de convivir de manera respetuosa con el medio ambiente y con los seres vivos que habitan en él, desarrollando para ello actividades físico-deportivas en contextos variados y participando en su organización desde planteamientos basados en la conservación y la sostenibilidad.

De este modo y basándonos en la memoria anual del curso anterior continuaremos trabajando de forma cooperativa y colaborativa, utilizando los recursos TIC que nos ofrece la plataforma “EducamosCLM” y el Oficce365.

## OBJETIVOS GENERALES DE ETAPA.

Los **objetivos** son logros que se espera que el alumnado haya alcanzado al finalizar la etapa y cuya consecución está vinculada a la adquisición de las competencias clave.

La materia de Educación física contribuirá a desarrollar en los alumnos y las alumnas todas las capacidades establecidas en los objetivos, destacando de estas, por trabajarse durante más tiempo, aquellas que subrayamos a continuación:

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



- h) Conocer y valorar críticamente las realidades del mundo contemporáneo, sus antecedentes históricos y los principales factores de su evolución. Participar de forma solidaria en el desarrollo y mejora de su entorno social, respetando y valorando específicamente, los aspectos básicos de la cultura y la historia, con especial atención a los de Castilla-La Mancha, así como su patrimonio artístico y cultural.
- i) Acceder a los conocimientos científicos y tecnológicos fundamentales, además de dominar las habilidades básicas propias de la modalidad elegida.
- j) Comprender los elementos y procedimientos fundamentales de la investigación y de los métodos científicos. Conocer y valorar, de forma crítica, la contribución de la ciencia y la tecnología al cambio de las condiciones de vida, así como afianzar la sensibilidad y el respeto hacia el medio ambiente.
- k) Afianzar el espíritu emprendedor con actitudes de creatividad, flexibilidad, iniciativa, trabajo en equipo, confianza en uno mismo y sentido crítico.
- l) Desarrollar la sensibilidad artística, literaria y el criterio estético como fuentes de formación y enriquecimiento cultural, conociendo y valorando creaciones artísticas, entre ellas las castellano-manchegas, sus hitos, sus personajes y representantes más destacados.
- m) Utilizar la educación física y el deporte para favorecer el desarrollo personal y social, afianzando los hábitos propios de las actividades físico-deportivas para favorecer el bienestar físico y mental.
- n) Afianzar actitudes de respeto y prevención en el ámbito de la movilidad segura y saludable.
- ñ) Fomentar una actitud responsable y comprometida en la lucha contra el cambio climático y en la defensa del desarrollo sostenible.
- o) Conocer los límites de los recursos naturales del planeta y los medios disponibles para procurar su preservación, durante el máximo tiempo posible, abandonando el modelo de economía lineal seguido hasta el momento y adoptando tanto los hábitos de conducta como los conocimientos propios de una economía circular.

## COMPETENCIAS CLAVE Y PERFIL DE SALIDA DEL ALUMNADO.

Las **competencias clave** son los desempeños que se consideran imprescindibles para que el alumnado pueda progresar con garantías de éxito en su itinerario formativo, y afrontar los principales retos y desafíos globales y locales. Son la adaptación al sistema educativo español de las competencias clave establecidas en la Recomendación del Consejo de la Unión Europea, de 22 de mayo de 2018, relativa a las competencias clave para el aprendizaje permanente.

Las competencias clave del Bachillerato son las siguientes:

- Competencia en comunicación lingüística (CCL).
- Competencia plurilingüe (CP).
- Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (STEM).
- Competencia digital (CD).
- Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA).
- Competencia ciudadana (CC).



- g) Competencia emprendedora (CE).
- h) Competencia en conciencia y expresión culturales (CCEC).

### 3.1. CONTRIBUCIÓN DE LA EDUCACIÓN FÍSICA A LA CONSECUCCIÓN DE LAS COMPETENCIAS CLAVE.

Las competencias específicas de la materia de Educación Física han sido diseñadas a partir de los descriptores operativos de las competencias clave en esta etapa, especialmente de la **Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA)**, así como de la competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (STEM), la competencia ciudadana (CC) y la competencia emprendedora (CE) principalmente.

Con el proceso de enseñanza-aprendizaje que se produce a través de la materia de Educación física, el alumno fortalece el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de objetivos de forma autónoma para hacer eficaz su aprendizaje, también le ayuda a adoptar de forma autónoma un estilo de vida sostenible, atendiendo al bienestar físico y mental propio y de los demás, buscando y ofreciendo apoyo en la sociedad para construir un mundo más saludable, de este modo le capacitará para realizar planificaciones a largo plazo evaluando los propósitos y los procesos de la construcción del conocimiento, relacionando los diferentes campos del mismo para desarrollar procesos autorregulados de aprendizaje que le permitan transmitir ese conocimiento, proponer ideas creativas y resolver problemas con autonomía. Todo esto contribuye, sin duda, a la adquisición de la **Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA)**.

Para la adquisición de la **competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (STEM)** son fundamentales todas las actividades que se realizan en el medio natural y urbano, así como las planificaciones y autovaloraciones que se realizan relacionadas con el mantenimiento y la mejora de la salud. Esto conlleva que el alumnado planifique y emprenda acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física y mental, y preservar el medio ambiente y los seres vivos, practicando el consumo responsable, aplicando principios de ética y seguridad para crear valor y transformar su entorno de forma sostenible adquiriendo compromisos como ciudadano en el ámbito local y global. Debe utilizar el pensamiento científico para entender y explicar fenómenos relacionados con la modalidad elegida, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose hipótesis y contrastándolas o comprobándolas mediante la observación, la experimentación y la investigación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y limitaciones de los métodos empleados.

Por otro lado, tanto al practicar actividades físico-deportivas, lúdicas, rítmicas y artísticas, entre otras, se producen adaptaciones autónomas de las capacidades físicas, perceptivo-motrices, coordinativas, así como de las habilidades y destrezas motrices que implican diferentes procesos de percepción, decisión y ejecución, dependiendo de la lógica interna de la actividad. Debiendo resolver diferentes situaciones motrices, tanto funcionales como



deportivas o expresivas y recreativas, consolidando así actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a estos desafíos físicos dentro de unas normas éticas y de actuación. Esto es básico para el desarrollo de las **competencias ciudadana (CC) y emprendedora (CE).**

A continuación se muestran los descriptores operativos de las diferentes competencias clave que conectan con cada una de las cinco competencias específicas de **Educación física:**

	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
CE1			2, 5	1, 4	1.1, 1.2, 5		3	
CE2					1.2, 4		2, 3	
CE3	5				1.1, 2, 5	3		
CE4			5		1.2	1		1
CE5			5		1.2, 2	4	1	

### SABERES BÁSICOS, COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN.

Los **saberes básicos** se definen como los conocimientos, destrezas y actitudes que constituyen los contenidos propios de una materia y cuyo aprendizaje es necesario para la adquisición de las competencias específicas.

Los **saberes básicos** están organizados en seis bloques:

**A. Vida activa y saludable:** La salud física, mental y social, a través de la planificación de su actividad física y hábitos saludables en las tres vertientes.

**B. Organización y gestión de la actividad física:** La planificación y autogestión de proyectos, selección del material, prevención de accidentes, técnicas de primeros auxilios.

**C. Resolución de problemas en situaciones motrices:** Toma de decisiones, mejora de la técnica deportiva, de los procesos de creatividad motriz y la planificación del desarrollo de las capacidades condicionales. Utilizando contextos individuales, colectivos, de cooperación, de oposición, rítmicos y de contacto, entre otros.

**D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices:** Desarrollo de las habilidades sociales, deporte adaptado, roles en el deporte, el respeto a las reglas y el rechazo de las conductas contrarias a la convivencia.

**E. Manifestaciones de la cultura motriz:** Los usos comunicativos y expresivos del cuerpo, las actividades rítmicas y musicales, junto al conocimiento de la cultura motriz tradicional y contemporánea. Aspectos relativos a la



perspectiva de género dentro del deporte y a la influencia en la sociedad actual. Estudios y profesiones vinculadas con la actividad física.

**F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno:** Su uso creativo desde la motricidad, equipamientos, transporte activo y su conservación desde una visión sostenible y compartida con nuestra comunidad.

**4.1. SABERES BÁSICOS DE EDUCACIÓN FÍSICA**

Los saberes básicos en Educación Física son:

**SABERES BÁSICOS: A. Vida activa y saludable.**

- Salud física: programa personal de actividad física (atendiendo a frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad). Autoevaluación de las capacidades físicas y coordinativas (como requisito previo a la planificación): técnicas, estrategias y herramientas de medida. Identificación de objetivos (motrices, saludables, de actividad o similares) a alcanzar con un programa de actividad física personal. Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados. Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud. Dietas equilibradas según las características físicas y personales. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. Técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core (zona media o lumbo- pélvica) para entrenamiento de la fuerza. Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas.
- Salud social: prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva. Prácticas de actividad física con efectos positivos sobre la salud personal y colectiva: la práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. Hábitos sociales y sus efectos en la condición física y la salud. Ventajas e inconvenientes del deporte profesional. Historias de vida de deportistas profesionales.
- Salud mental: técnicas de respiración, visualización y relajación para liberar estrés y enfocar situaciones que requieren gran carga cognitiva. Trastornos vinculados con la imagen corporal: vigorexia, anorexia, bulimia y otros. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en publicidad y medios de comunicación.

**SABERES BÁSICOS: B. Organización y gestión de la actividad física.**

- Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva, como el tipo de deporte, los juegos y los deportes alternativos, el material necesario, los objetivos de la preparación, las actividades y similares.
- Selección responsable y sostenible del material deportivo. Análisis crítico de estrategias publicitarias.
- Hábitos higiénicos. Importancia y aplicación de los mismos, de forma autónoma y adecuándolos a los rasgos de las prácticas físicas.
- Autogestión de proyectos personales de carácter motor en todos los niveles (social, motivacional, organizativo o similares). Herramientas digitales para la planificación, gestión, control y mejora de la actividad física.
- Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Ejercicios compensatorios de la musculatura según la actividad física. Gestión del riesgo propio y del de los demás: planificación de factores de riesgo en actividades físicas. Medidas colectivas de seguridad.
- Actuaciones críticas ante accidentes. Conducta PAS (Proteger, Avisar, Socorrer). Desplazamientos y transporte de accidentados. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (Reanimación Cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares). Contenido básico de kit de



asistencia (botiquín).

– Protocolos ante alertas escolares.

**SABERES BÁSICOS: C. Resolución de problemas en situaciones motrices.**

- Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales. Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físico-deportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.
- Plan deportivo. Desarrollo y diseño de propuestas deportivas secuenciadas y ajustadas a las características del escenario de aplicación. Sesiones autogestionadas.
- Preparación y puesta en marcha de un evento deportivo solidario o en favor a la comunidad.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención, para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica.
- Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento.
- Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.
- Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.

**SABERES BÁSICOS: D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.**

- Gestión del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas.
- Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.
- Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte, vinculadas tanto con aspectos económicos (sostenibilidad financiera, contratos, ingresos publicitarios, premios, subvenciones, becas y ayudas) como con aspectos sociales (comportamientos y actitudes adecuadas en aficiones y seguidores, análisis en distintos medios de comunicación, coeducación en deporte base y similares).
- Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros.
- Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por razón de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, sexistas y LGTBI fóbicas).

**SABERES BÁSICOS: E. Manifestaciones de la cultura motriz.**

- Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos y su vínculo cultural: origen, evolución, preservación y factores condicionantes.
- Técnicas específicas de expresión corporal.
- Práctica de actividades rítmico-musicales con intencionalidad estética o artístico- expresiva.
- Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte.
- Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físico- deportivos. Presencia en medios de comunicación.
- Deporte, política y economía: análisis crítico de su influencia en la sociedad. Mercado, consumismo y deporte. Ámbito profesional-laboral: profesiones que rodean al deporte.

**SABERES BÁSICOS: F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.**

- Fomento de la movilidad activa, segura, saludable y sostenible en actividades cotidianas. El aprendizaje de la práctica ciclista segura.
- Análisis de las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, usos y necesidades.
- Aproximación al patrimonio histórico y cultural de Castilla-La Mancha, mediante pruebas de orientación, geolocalización y descubrimiento, como, porejemplo: raid de multiaventura y orientabike.
- Actuaciones para la mejora del entorno urbano desde el punto de vista de la motricidad (uso deportivo, accesibilidad, movilidad, seguridad o similares).
- Diseño y creación de propuestas educativas, a través de los recursos físico-deportivos en el medio natural adquiridos en los cursos previos, que permitan conocer y aprovechar las potencialidades del entorno que nos rodea.
- Posibilidades de las herramientas digitales en el diseño de propuestas educativas.
- Previsión de riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. Factores y elementos de riesgo durante la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo (cansancio, duración de la prueba o similares). Materiales y equipamientos: uso según las especificaciones técnicas de los mismos.
- Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. Promoción y usos creativos del entorno desde la motricidad. El trabajo físico como contribución a la sostenibilidad: actividades agroecológicas, manejo de herramientas, tareas de reparación, creación y mantenimiento de espacios, etc.
- Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y urbano.

**4.2. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DE EDUCACIÓN FÍSICA.**

Las **competencias específicas** son los desempeños que el alumnado debe poder desplegar en actividades o en situaciones cuyo abordaje requiere de los saberes básicos de cada materia. Las competencias específicas



constituyen un elemento de conexión entre, por una parte, las competencias clave, y por otra, los saberes básicos de las materias y los criterios de evaluación.

Las competencias específicas de la materia de **Educación Física** han sido diseñadas a partir de los descriptores operativos de las competencias clave en esta etapa, especialmente de la **Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA)**, así como de la competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (STEM), la competencia ciudadana (CC) y la competencia emprendedora (CE), ya mencionadas, además de las competencias en comunicación lingüística (CCL), digital (CD) y en conciencia y expresión culturales (CCEC).

De este modo, en el caso de la materia Educación Física, las competencias específicas se organizan en cinco ejes nucleares que se relacionan entre sí.

La materia quiere consolidar un estilo de vida activo y saludable, basándose en la evidencia científica para planificar su actividad física individual y conociendo posibles salidas profesionales relacionadas con el ámbito físico y deportivo. Se servirá de la realización de actividades físicas de diversa índole (deportivas, expresivas y recreativas), con diferentes lógicas internas, que haga más autónomo al alumnado y que aumente su capacidad de superación, crecimiento y resiliencia frente a retos de cualquier índole, especialmente motores. En todas ellas es necesario e imprescindible el trabajo del respeto y aceptación de las emociones propias y colectivas que se ponen en juego durante la práctica y organización de actividades físico-deportivas, incorporando la diferencia como un valor añadido y gestionando el éxito y el fracaso, además de rechazar las conductas antideportivas y contrarias a la convivencia. La materia participa en el desarrollo de la cultura motriz y de la expresividad ligada al movimiento, a través de la práctica de actividades de variada naturaleza, valorando la diversidad cultural desde la perspectiva de género y los intereses económicos, políticos y sociales. Todo ello englobado en la búsqueda del desarrollo de un estilo de vida sostenible y responsable en la práctica físico-deportiva que contribuya a la conservación del medio ambiente natural y urbano.

Las **competencias específicas de Educación Física** son:

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

**Descriptores operativos del perfil competencial relacionados a esta competencia: STEM2, STEM5, CD1, CD4, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5, CE3.**

La adquisición de esta competencia específica se materializará cuando el alumnado, consciente de todos los elementos que condicionan la salud y la actividad física, sea capaz de tenerlos en cuenta, adaptarlos y



coordinarlos para gestionar, planificar y autorregular su propia práctica motriz y sus estilos de vida en base a sus intereses y objetivos personales.

Esta competencia de carácter transdisciplinar impregna la globalidad de la materia de Educación Física, pudiendo abordarse desde la participación activa y los estilos de vida saludables que incluyen la alimentación para la salud, el no consumo de alcohol, tabaco y otras drogas, la actividad física y la reducción del sedentarismo, el descanso, el uso apropiado de las nuevas tecnologías, además del empleo y aplicación de los recursos anteriores, de forma conveniente y apropiada, buscando el equilibrio y el bienestar personal. Además, pueden abordarse desde el contacto con el medio natural, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte o el análisis de los comportamientos antisociales y los malos hábitos para la salud, que se producen en contextos cotidianos y/o vinculados con el deporte y la práctica de actividad física, entre otros. Existen distintas fórmulas y contextos de aplicación para materializar estos aprendizajes, que deben seguir trabajándose en relación con la planificación personal de la práctica motriz o el análisis de diferentes aspectos para el mantenimiento de una dieta saludable, pasando por el análisis crítico de situaciones que tengan que ver con la motricidad, hasta los primeros auxilios, la prevención y el cuidado de lesiones, tanto en medio acuático como terrestre, o la participación en una amplia gama de propuestas físico-deportivas que aporten contexto a todo lo anterior a través de la transferencia a su vida cotidiana.

El buen uso de la tecnología debe ser un aliado desde un punto de vista transdisciplinar en nuestra materia, especialmente en esta competencia, en la lucha contra el sedentarismo y las llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.

**Competencia específica: 2. Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.**

**Descriptorios operativos del perfil competencial relacionados a esta competencia: CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3.**

Esta competencia implica tomar decisiones ajustadas a las circunstancias, definir metas, elaborar planes, secuenciar acciones, ejecutar lo planificado, analizar qué ocurre durante el proceso, cambiar de estrategia si es preciso y valorar finalmente el resultado. El bagaje motor que el alumnado de esta etapa posee en estas edades le permitirá anticiparse a las distintas situaciones y adaptar sus habilidades motrices a las exigencias de cada situación. Esta ventaja le permitirá focalizar su atención en aspectos que hasta ahora quedaban en un segundo plano, mejorando y perfeccionando así su ejecución técnico-táctica e identificando los errores más habituales



que se dan en cada situación para poder evitarlos. Esto le permitirá incluso avanzar un paso más y planificar, dirigir y supervisar actividades físicas para otras personas, desarrollando funciones de entrenador o técnico.

Como en anteriores etapas, estos aspectos deberán desarrollarse en contextos de práctica muy variados. Entre ellos podrían destacarse los proyectos y montajes relacionados con las combas, los malabares, las actividades acrobáticas o las circenses; los desafíos físicos cooperativos, la dramatización de cuentos motrices y, por supuesto, los deportes. En relación con estos últimos, sin dejar de lado necesariamente los más habituales o tradicionales y a modo de ejemplo, es posible encontrar distintas manifestaciones según sus características, desde juegos deportivos de invasión (fútbol gaélico, ultimate, lacrosse, entre otros) con o sin oposición regulada, hasta juegos de red y muro (voleibol, frontenis, pickleball, paladós o semejantes), pasando por deportes de campo y bate (rounders, softball, etc.), de blanco y diana (boccia, tiro con arco o similares), de lucha (judo, esgrima u otras modalidades autóctonas de lucha, entre otros) o de carácter individual (skate, orientación, gimnasia deportiva o atletismo y sus modalidades, entre otros), procurando, en la medida de lo posible y según el contexto particular de cada centro, priorizar las manifestaciones más desconocidas para el alumnado o que destaquen por su carácter mixto o inclusivo.

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

**Descriptorios operativos del perfil competencial relacionados a esta competencia: CCL5, CPSAA1.1, CPSAA2, CPSAA5, CC3.**

Esta competencia específica pretende superar las desigualdades y comportamientos incívicos y antidemocráticos que a veces se reproducen en los contextos físico-deportivos. Para ello, por un lado, incide en la gestión personal de las emociones y en el fomento de actitudes de superación, tolerancia a la frustración y manejo del éxito y del fracaso en contextos de práctica motriz. Por otro, en el plano colectivo, implica poner en juego habilidades sociales para afrontar la interacción con las personas con las que se converge en la práctica motriz. Se trata de dialogar, debatir, contrastar ideas y ponerse de acuerdo para resolver situaciones, expresar propuestas, pensamientos y emociones, escuchar activamente y actuar con asertividad. Como consecuencia de ello se plantearán situaciones en las que el alumnado tenga que desempeñar roles diversos relacionados con la práctica física (participante, espectador, árbitro, entrenador, etc.) que ayudarán a analizar y vivenciar las relaciones sociales desde diferentes perspectivas. Además, esta competencia pretende ir un paso más allá en esta etapa, contribuyendo a generalizar y democratizar las prácticas motrices que se practiquen en el centro, así como



los espacios de interacción en los que se reproduzcan, fomentando la difusión de manifestaciones deportivas que no están afectadas por estereotipos de género o competencia motriz, como sí ocurre en ocasiones con las más predominantes o extendidas.

**Competencia específica: 4. Analizar críticamente e investigar acerca de las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución desde la perspectiva de género y desde los intereses económicos, políticos y sociales que hayan condicionado su desarrollo, practicándolas y fomentando su conservación para ser capaz de defender desde una postura ética y contextualizada los valores que transmiten.**

**Descriptorios operativos del perfil competencial relacionados a esta competencia: STEM5, CPSAA1.2, CC1, CCEC1.**

Esta competencia profundiza en el concepto de la cultura motriz que el alumnado habrá ido construyendo durante las etapas anteriores. Se trata de continuar consolidando la identidad propia a partir de este conocimiento en profundidad que permita analizar y comprender globalmente sus manifestaciones, así como sus factores condicionantes. En esta etapa, además, se pretende que el alumnado comprenda los valores que transmite y que hacen interesante su conservación, ya que en ellos reside la clave de su propia existencia y su principal aportación a la cultura global.

Existen numerosos contextos en los que desarrollar esta competencia. Como en etapas anteriores, la cultura motriz tradicional podría abordarse a través de juegos tradicionales, populares y autóctonos, danzas propias del folklore tradicional, juegos multiculturales o danzas del mundo, entre otros. Para abordar la cultura artístico-expresiva contemporánea, podrían emplearse técnicas expresivas concretas (como la improvisación, la mímica o la pantomima), el teatro (teatro gestual o de máscaras, teatro de sombras, teatro de luz negra, teatro de calle, musical o similares), representaciones más elaboradas (lucha escénica, juegos de rol o actividades circenses, entre otros), o actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo (percusión corporal, bailes, coreografías u otras expresiones semejantes). Además, en esta etapa, estos saberes podrían enriquecerse incorporando a las representaciones elementos de crítica social, emociones o coeducación. Finalmente, en lo que respecta al deporte como manifestación cultural, se podrían llevar a cabo debates y análisis críticos sobre ciertos estereotipos de género presentes en el deporte o sobre la cara oculta del mismo que esconde intereses económicos y políticos ajenos a la salud de las personas o a la sana competición.

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

**Descriptorios operativos del perfil competencial relacionados a esta competencia: STEM5, CPSAA1.2, CPSAA2, CC4, CE1.**



A estas alturas de su vida, el alumnado de Bachillerato es plenamente consciente de lo que implica desarrollar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno. Por eso, los esfuerzos en esta etapa no irán dirigidos tanto a la profundización en estos aprendizajes como a su consolidación a partir de la realización de actividades de concienciación para otros miembros de la comunidad educativa.

Continuando con el trabajo iniciado en etapas previas, el alumnado de Bachillerato deberá participar en numerosas actividades en contextos naturales y urbanos que ampliarán su bagaje motor y sus experiencias fuera del contexto escolar. Sin embargo, y más importante, también diseñarán y organizarán actividades para otras personas que, además de respetar el medioambiente y a los seres vivos que en él habitan, tratarán de mejorarlo y concienciar de ello. Este enfoque de responsabilidad ecológica y social, que considera el medio como un bien comunitario, podría dar lugar a la organización de eventos y actividades físico-deportivas benéficas, muy en la línea de planteamientos como el aprendizaje-servicio.

De esta forma, en lo que respecta a los entornos urbanos, existen manifestaciones como los circuitos de calistenia, el crossfit, el patinaje, el skate, el parkour o las distintas tipologías de danzas urbanas, entre otros, que se pueden desarrollar en espacios o instalaciones próximos al centro. En lo relativo al medio natural, según la ubicación del centro, sus posibilidades contextuales y la disponibilidad de acceso que tenga a distintos emplazamientos naturales, tanto terrestres como acuáticos, es posible encontrar una variada gama de contextos de aplicación, desde el senderismo, las rutas por vías verdes, la escalada, el rápel, el esquí, el salvamento acuático, la orientación (también en espacios urbanos), hasta el cicloturismo o las rutas BTT, el franqueamiento de obstáculos o la cabuyería, entre otros; todos ellos afrontados desde la óptica de los proyectos dirigidos a la interacción con el entorno desde un enfoque sostenible, en el que también se incluyen las actividades complementarias y extraescolares tan vinculadas con este tipo de experiencias.

### **4.3. DESCRIPTORES OPERATIVOS DE EDUCACIÓN FÍSICA.**

Los descriptores operativos de Educación Física a los que hemos hecho referencia al principio del apartado anterior son:

CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando y rechazando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.

STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar fenómenos relacionados con la modalidad elegida, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose hipótesis y contrastándolas o comprobándolas mediante la observación, la experimentación y la investigación, utilizando herramientas e



instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y limitaciones de los métodos empleados.

STEM5. Planea y emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física y mental, y preservar el medio ambiente y los seres vivos, practicando el consumo responsable, aplicando principios de ética y seguridad para crear valor y transformar su entorno de forma sostenible adquiriendo compromisos como ciudadano en el ámbito local y global.

CD1. Realiza búsquedas avanzadas comprendiendo cómo funcionan los motores de búsqueda en internet aplicando criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionando los resultados de manera crítica y organizando el almacenamiento de la información de manera adecuada y segura para referenciarla y reutilizarla posteriormente.

CD4. Evalúa riesgos y aplica medidas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente y hace un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.

CPSAA1.1 Fortalece el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de objetivos de forma autónoma para hacer eficaz su aprendizaje.

CPSAA1.2 Desarrolla una personalidad autónoma, gestionando constructivamente los cambios, la participación social y su propia actividad para dirigir su vida.

CPSAA2. Adopta de forma autónoma un estilo de vida sostenible y atiende al bienestar físico y mental propio y de los demás, buscando y ofreciendo apoyo en la sociedad para construir un mundo más saludable.

CPSAA4. Compara, analiza, evalúa y sintetiza datos, información e ideas de los medios de comunicación, para obtener conclusiones lógicas de forma autónoma, valorando la fiabilidad de las fuentes.

CPSAA5. Planifica a largo plazo evaluando los propósitos y los procesos de la construcción del conocimiento, relacionando los diferentes campos del mismo para desarrollar procesos autorregulados de aprendizaje que le permitan transmitir ese conocimiento, proponer ideas creativas y resolver problemas con autonomía.

CC1. Analiza hechos, normas e ideas relativas a la dimensión social, histórica, cívica y moral de su propia identidad, para contribuir a la consolidación de su madurez personal y social, adquirir una conciencia ciudadana y responsable, desarrollar la autonomía y el espíritu crítico, y establecer una interacción pacífica y respetuosa con los demás y con el entorno.



CC3. Adopta un juicio propio y argumentado ante problemas éticos y filosóficos fundamentales y de actualidad, afrontando con actitud dialogante la pluralidad de valores, creencias e ideas, rechazando todo tipo de discriminación y violencia, y promoviendo activamente la igualdad y corresponsabilidad efectiva entre mujeres y hombres.

CC4. Analiza las relaciones de interdependencia y ecodependencia entre nuestras formas de vida y el entorno, realizando un análisis crítico de la huella ecológica de las acciones humanas, y demostrando un compromiso ético y ecosocialmente responsable con actividades y hábitos que conduzcan al logro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible y la lucha contra el cambio climático.

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

CE2. Evalúa y reflexiona sobre las fortalezas y debilidades propias y las de los demás, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, interioriza los conocimientos económicos y financieros específicos y los transfiere a contextos locales y globales, aplicando estrategias y destrezas que agilicen el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios, que lleven a la acción una experiencia o iniciativa emprendedora de valor.

CE3. Lleva a cabo el proceso de creación de ideas y soluciones innovadoras y toma decisiones, con sentido crítico y ético, aplicando conocimientos técnicos específicos y estrategias ágiles de planificación y gestión de proyectos, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para elaborar un prototipo final de valor para los demás, considerando tanto la experiencia de éxito como de fracaso, una oportunidad para aprender.

CCEC1. Reflexiona, promueve y valora críticamente el patrimonio cultural y artístico de cualquier época, contrastando sus singularidades y partiendo de su propia identidad, para defender la libertad de expresión, la igualdad y el enriquecimiento inherente a la diversidad.

#### **4.4. CRITERIOS DE EVALUACIÓN.**

Los **criterios de evaluación** son los referentes que indican los niveles de desempeño que se pretende que desarrolle el alumnado, en un momento concreto de su proceso de aprendizaje, mediante las situaciones y las actividades a las que se refieren las competencias específicas de cada materia (Decreto 83/2022, de 12 de julio, por el que se establece la ordenación y el currículo de Bachillerato en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha).



Los **criterios de evaluación** son los referentes para la evaluación de la materia, pero también para la evaluación y comprobación conjunta, a través de ellos, del logro de los objetivos de la etapa y del grado de desarrollo y adquisición de las competencias.

No es necesario trabajar todos los criterios de evaluación en todas las evaluaciones. El alumnado tiene todo el curso escolar para adquirir los aprendizajes descritos en estos criterios y para alcanzar el grado de desarrollo y adquisición de las competencias.

Los aprendizajes contenidos en los criterios de evaluación podrán distribuirse a lo largo de todo el curso escolar, en función de la temporalización que hayamos establecido en la programación didáctica.

De esta manera, habrá algunos criterios de evaluación que se trabajen con el alumnado de manera completa en uno o varios momentos del curso, otros que se traten a lo largo de todo el curso de manera parcial, otros que se trabajen puntualmente en determinadas situaciones de aprendizaje, etc. En todo caso, el profesorado deberá programar de manera que, cuando finalice el curso, todos los aprendizajes incluidos en los criterios de evaluación de la asignatura de **Educación Física** hayan sido impartidos.

Definidos estos elementos del currículo, es importante reseñar que los saberes básicos, las competencias específicas y los criterios de evaluación se relacionen entre sí, teniendo en cuenta lo contemplado en el anexo II del citado Decreto 83/2022, de 12 de julio. Además, cada una de las competencias específicas debe conectarse con sus descriptores operativos, lo que permitirá obtener el perfil competencial del alumnado.



**4.5. Organización de los saberes básicos, competencias específicas, criterios de evaluación y descriptores operativos de Educación Física.**

Referente: Decreto 83/2022, de 12 de julio, por el que se establece la ordenación y el currículo de Bachillerato en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha.

Competencias específicas	PESO RELATIVO	Descriptores del perfil de salida	PESO RELATIVO	Criterios de evaluación	INSTR. EVAL	PESO ASIGNADO	Saberes Básicos
1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.	30%	STEM2 STEM5 CD1 CD4 CPSAA1.1 CPSAA1.2 CPSAA5 CE3	2% 4% 4% 4% 4% 4% 4%	1.1 Planificar, elaborar y poner en práctica, de manera autónoma, un programa personal de actividad física dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos.	Análisis de producciones. Escala de verificación (test CF) / Examen	6%	Salud física: programa personal de actividad física (atendiendo a frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad).  Autoevaluación de las capacidades físicas y coordinativas (como requisito previo a la planificación): técnicas, estrategias y herramientas de medida.  Identificación de objetivos (motrices, saludables, de actividad o similares) a alcanzar con un programa de actividad física personal.  Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados.  Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento.
				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			Análisis de producciones / examen.



		<p>posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales.</p>			<p>enfocar situaciones que requieren gran carga cognitiva</p> <p>Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas.</p> <p>Hábitos higiénicos. Importancia y aplicación de los mismos, de forma autónoma y adecuándolos a los rasgos de las prácticas físicas.</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><b>Examen / Planilla de observación.</b></p>	<p><b>6%</b></p>	<p>Actuaciones críticas ante accidentes. Conducta PAS (Proteger, Avisar, Socorrer). Desplazamientos y transporte de accidentados. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (Reanimación Cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares). Contenido básico de kit de asistencia (botiquín).</p> <p>Protocolos ante alertas escolares.</p> <p>Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Ejercicios compensatorios de la musculatura según la actividad física. Gestión del riesgo propio y del de los demás: planificación de factores de riesgo en actividades físicas. Medidas colectivas de seguridad.</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>Análisis de producciones. Exposición, trabajo realizado o y debate.</p>	<p>6%</p>	<p>Salud social: prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva.</p> <p>Ventajas e inconvenientes del deporte profesional. Historias de vida de deportistas profesionales.</p> <p>Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en publicidad y medios de comunicación.</p> <p>Trastornos vinculados con la imagen corporal: vigorexia, anorexia, bulimia y otros.</p> <p>Prácticas de actividad física con efectos positivos sobre la salud personal y colectiva: la práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.</p> <p>Hábitos sociales y sus efectos en la condición física y la salud.</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>Análisis de producciones.</p>	<p>6%</p>	<p>Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.</p> <p>Herramientas digitales para la planificación, gestión, control y mejora de la actividad física.</p> <p>Posibilidades de las herramientas digitales en el diseño de propuestas educativas.</p>



Competencias específicas	PESO RELATIVO	Descriptores del perfil de salida	PESO RELATIVO	Criterios de evaluación	INSTR. EVAL	PESO ASIGNADO	Saberes Básicos
2. Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices	28%	CPSAA1.2	7%	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.	Análisis de producciones / Escalas de observación.	6%	<p><b>Autogestión de proyectos personales de carácter motor en todos los niveles (social, motivacional, organizativo o similares).</b></p> <p><b>Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva, como el tipo de deporte, los juegos y los deportes alternativos, el material necesario, los objetivos de la preparación, las actividades y similares.</b></p> <p>Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles</p>
		CPSAA4	7%				
CE2	7%						
		CE3	7%				



vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.						fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.
			2.3 Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos.	<b>Análisis de producciones / Escalas de observación / Examen</b>	<b>6%</b>	Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención, para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica.  Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.

Competencias específicas	PESO RELATIVO	Descriptores del perfil de salida	PESO RELATIVO	Criterios de evaluación	INSTR. EVAL.	PESO ASIGNADO	Saberes Básicos
--------------------------	---------------	-----------------------------------	---------------	-------------------------	--------------	---------------	-----------------



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	18%	CCL5	2%	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.	Escala de observación / Análisis de producciones / Exposición	6%	Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud. Preparación y puesta en marcha de un evento deportivo solidario o en favor a la comunidad.
		CPSAA1.1	4%				
		CPSAA2	4%	3.2 Cooperar o colaborar, mostrando iniciativa, durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando, de forma coordinada, cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso.	Escala de observación / Análisis de producciones / Exposición	6%	Plan deportivo. Desarrollo y diseño de propuestas deportivas secuenciadas y ajustadas a las características del escenario de aplicación. Sesiones autogestionadas.  Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros.
		CPSAA5	4%				
		CC3	4%				



<p>contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia.</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 de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, además de posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas.</p>	<p>Escala de observación / Análisis de producciones / Exposición y debate</p>	<p>6%</p>	<p><b>Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por razón de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, sexistas y LGTBI fóbicas).</b></p> <p>Gestión del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas.</p> <p>Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.</p> <p>Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte, vinculadas tanto con aspectos económicos (sostenibilidad financiera, contratos, ingresos publicitarios, premios, subvenciones, becas y ayudas) como con aspectos sociales (comportamientos y actitudes adecuadas en aficionados y seguidores, análisis en distintos medios de comunicación, coeducación en deporte base y similares).</p>
--	--	--	--	---	-----------	--



						<p>Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte. Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físico- deportivos. Presencia en medios de comunicación.</p>
--	--	--	--	--	--	--

Competencias específicas	PESO RELATIVO	Descriptores del perfil de salida	PESO RELATIVO	Criterios de evaluación	INSTR. EVAL.	PESO ASIGNADO	Saberes Básicos
4. Analizar críticamente e investigar acerca de las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución desde la perspectiva de	12%	STEM5 CPSAA1.2 CC1 CCEC1	3% 3% 3% 3%	4.1 Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, analizando sus orígenes y su evolución hasta la actualidad y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria.	Escala de observación / Análisis de producciones / Exposición y debate	6%	<p>Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos y su vínculo cultural: origen, evolución, preservación y factores condicionantes.</p> <p>– Deporte, política y economía: análisis crítico de su influencia en la sociedad. Mercado, consumismo y deporte. Ámbito profesional-laboral: profesiones que rodean al deporte.</p>



<p>género y desde los intereses económicos, políticos y sociales que hayan condicionado su desarrollo, practicándolas y fomentando su conservación para ser capaz de defender desde una postura ética y contextualizada los valores que transmiten.</p>				/ Examen		
			<p>4.2 Crear y representar composiciones corporales individuales o colectivas, con y sin base musical, aplicando con precisión, idoneidad y coordinación escénica las técnicas expresivas más apropiadas a cada composición para representarlas ante sus compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.</p>	Escala de observación	6%	<p>Técnicas específicas de expresión corporal Práctica de actividades rítmico-musicales con intencionalidad estética o artístico- expresiva.</p>



Competencias específicas	PESO RELATIVO	Descriptores del perfil de salida	PESO RELATIVO	Criterios de evaluación	INSTR. EVAL.	PESO ASIGNADO	Saberes Básicos
5. Implementar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, y asumiendo responsabilidades en la seguridad de las prácticas, para contribuir activamente al mantenimiento y	12%	STEM5 CPSAA1.2 CPSAA2 CC4 CE1	2 3 3 2 2	5.1 Promover y participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, interactuando con el entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.	Escala de observación / Análisis de producciones.	6%	<p>Fomento de la movilidad activa, segura, saludable y sostenible en actividades cotidianas. El aprendizaje de la prácticaciclista segura.</p> <p>Análisis de las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, usos y necesidades.</p> <p>Actuaciones para la mejora del entorno urbano desde el punto de vista de la motricidad (uso deportivo, accesibilidad, movilidad, seguridad o similares).</p> <p>Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. Promoción y usos creativos del entorno desde la motricidad. El trabajo físico como contribución a la sostenibilidad: actividades agroecológicas, manejo de herramientas, tareas de reparación, creación y mantenimiento de espacios, etc.</p> <p>Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y</p>



cuidado del medio natural y urbano y dar a conocer su potencial entre los miembros de la comunidad.				5.2 Practicar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad, derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes.	Escala de observación / Análisis de producciones / Examen.	6%	urbano.
							<p>Selección responsable y sostenible del material deportivo. Análisis crítico de estrategias publicitarias.</p> <p>Previsión de riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. Factores y elementos de riesgo durante la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo (cansancio, duración de la prueba o similares). Materiales y equipamientos: uso según las especificaciones técnicas de los mismos.</p> <p>Aproximación al patrimonio histórico y cultural de Castilla-La Mancha, mediante pruebas de orientación, geolocalización y descubrimiento, como, por ejemplo: raid de multiaventura y orientabike</p> <p>Diseño y creación de propuestas educativas, a través de los recursos físico-deportivos en el medio natural adquiridos en los cursos previos, que permitan conocer y aprovechar las potencialidades del entorno que nos rodea</p>
Competencias específicas	PESO RELATIVO	Descriptores del perfil de salida	PESO RELATIVO	Criterios de evaluación	PESO ASIGNADO		
<b>TOTAL</b>	<b>100%</b>		<b>100%</b>		<b>100%</b>		



### 4.6. SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN.

Una vez que se han relacionado los criterios de evaluación con los diferentes saberes básicos entre otras cosas, pasamos a relacionar esos criterios con las diferentes unidades didácticas.

De este modo, la secuenciación y temporalización de las diferentes unidades didácticas quedará de la siguiente manera:

#### 1º BACHILLERATO

NÚMERO DE SESIONES		SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN DE LAS SITUACIONES DE APRENDIZAJE									
1a evaluación. 21	10	CFYS	CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD AUTOENTRENAMIENTO								
	3	ADAP FLOR	DEPORTE ADAPTADO GOALBALL, VOLEY BALONCESTO SILLA DE RUEDAS FLOORBALL								
	8										
2a evaluación. 24	8	JUD	JUDO								
	8	COM	COMBA Individual/colectiva y coreos								
	2	AUX	PRIMEROS AUXILIOS								
Evaluación final. 26	3	ALT	PICKLEBALL/BÁDMINTON								
	8	ALT	BAILES LATINOS (CHACHACHA, MERENGUE, BACHATA)								
	8	ACR	OLIMPIADAS DEPORTIVAS POPURRI DEPORTIVO								
		DA									

ATEMPORALES	CyVC	CALENTAMIENTO Y VUELTA A LA CALMA									

### METODOLOGÍA.

La **metodología** debe concretar tareas (situaciones de aprendizaje), estrategias y técnicas para el desarrollo del proceso de enseñanza y aprendizaje, con diferentes modelos de agrupamientos y espacios, diseño de tareas que tengan en cuenta la participación del alumno (trabajos de investigación, presentación de temas por el alumno, búsqueda de información, trabajo por proyectos, etc.), y los materiales y recursos didácticos utilizar, incluyendo los recursos digitales.

En Bachillerato el profesor se convierte en eje fundamental, pues debe ser capaz de crear un ambiente en el aula que invite a investigar, a aprender, a realizar tareas o situaciones de aprendizaje que posibiliten la resolución de problemas, la aplicación de los conocimientos aprendidos y la promoción de la actividad de los



estudiantes. El papel del profesor es ser guía o acompañante del alumnado, dejando de ser el protagonista del aprendizaje, para pasar a ser mediador entre el alumnado y el aprendizaje.



## 5.1. ORIENTACIONES PARA FACILITAR EL DESARROLLO DE ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS QUE PERMITAN TRABAJAR POR COMPETENCIAS EN EL AULA

Los métodos didácticos han de elegirse en función de lo que se sabe que es **óptimo** para alcanzar las metas propuestas y en función de los **condicionantes** en los que tiene lugar la enseñanza.

La naturaleza de la materia, las condiciones socioculturales, la disponibilidad de recursos y las características de los alumnos y alumnas condicionan el proceso de enseñanza-aprendizaje, por lo que será necesario que el método seguido por el profesor se ajuste a estos **condicionantes** con el fin de propiciar un aprendizaje competencial en el alumnado.

Los métodos deben partir de la perspectiva del docente como orientador, promotor y facilitador del **desarrollo competencial** en el alumnado; además, deben enfocarse a la realización de **tareas o situaciones-problema**, planteadas con un objetivo concreto, que el alumnado debe resolver haciendo un uso adecuado de los distintos tipos de conocimientos, destrezas, actitudes y valores; asimismo, deben tener en cuenta la **atención a la diversidad** y el respeto por los distintos ritmos y estilos de aprendizaje mediante prácticas de trabajo individual y cooperativo.

En el actual proceso de inclusión de las competencias como elemento esencial del currículo, es preciso señalar que cualquiera de las metodologías seleccionadas por los docentes para favorecer el desarrollo competencial de los alumnos y alumnas debe ajustarse al nivel competencial inicial de estos. Además, es necesario **secuenciar** la enseñanza de tal modo que se parta de aprendizajes más simples para avanzar gradualmente hacia otros más complejos.

Uno de los elementos clave en la enseñanza por competencias es despertar y mantener la **motivación** hacia el aprendizaje en el alumnado, lo que implica un nuevo planteamiento del papel del alumno, **activo y autónomo**, consciente de ser el responsable de su aprendizaje.

Los métodos docentes deberán favorecer la motivación por aprender en los alumnos y alumnas y, a tal fin, los profesores han de ser capaces de generar en ellos la **curiosidad** y la **necesidad** por adquirir los conocimientos, las destrezas y las actitudes y valores presentes en las competencias. Asimismo, con el propósito de mantener la motivación por aprender es necesario que los profesores procuren todo tipo de **ayudas** para que los estudiantes comprendan lo que aprenden, sepan para qué lo aprenden y sean capaces de usar lo aprendido en distintos contextos dentro y fuera del aula.

Para potenciar la motivación por el aprendizaje de competencias se requieren, además, **metodologías activas y contextualizadas**. Aquellas que faciliten la **participación e implicación** del alumnado y la



adquisición y uso de conocimientos en situaciones reales, serán las que generen aprendizajes más transferibles y duraderos.

Las metodologías activas han de apoyarse en **estructuras de aprendizaje cooperativo**, de forma que, a través de la resolución conjunta de las tareas, los miembros del grupo conozcan las estrategias utilizadas por sus compañeros y puedan aplicarlas a situaciones similares.

Para un proceso de enseñanza-aprendizaje competencial las **estrategias interactivas** son las más adecuadas, al permitir compartir y construir el conocimiento y dinamizar la sesión de clase mediante el intercambio verbal y colectivo de ideas. Las metodologías que contextualizan el aprendizaje y favorecen la participación activa, la experimentación y un aprendizaje funcional que va a facilitar el desarrollo de las competencias, así como la motivación de los alumnos y alumnas al contribuir decisivamente a la transferibilidad de los aprendizajes son, entre otros:

- El aprendizaje por proyectos.
- Los centros de interés.
- El estudio de casos.
- El aprendizaje basado en problemas.

El **trabajo por proyectos**, especialmente relevante para el aprendizaje por competencias, se basa en la propuesta de un plan de acción con el que se busca conseguir un determinado resultado práctico.

Esta metodología pretende ayudar al alumnado a organizar su pensamiento favoreciendo en ellos la reflexión, la crítica, la elaboración de hipótesis y la tarea investigadora a través de un proceso en el que cada uno asume la responsabilidad de su aprendizaje, aplicando sus conocimientos y habilidades a proyectos reales. Se favorece, por tanto, un aprendizaje orientado a la acción en el que se integran varias áreas o materias: los estudiantes ponen en juego un conjunto amplio de conocimientos, habilidades o destrezas y actitudes personales, es decir, los elementos que integran las distintas competencias.

Asimismo, resulta recomendable el uso del **portfolio**, que aporta información extensa sobre el aprendizaje del alumnado, refuerza la evaluación continua y permite compartir resultados de aprendizaje. El portfolio es una herramienta motivadora para el alumnado que potencia su autonomía y desarrolla su pensamiento crítico y reflexivo.



La **selección y uso de materiales y recursos didácticos** constituye un aspecto esencial de la metodología. El profesorado debe implicarse en la elaboración y diseño de diferentes tipos de materiales, adaptados a los distintos niveles y a los diferentes estilos y ritmos de aprendizaje de los alumnos y alumnas, con el objeto de atender a la diversidad en el aula y personalizar los procesos de construcción de los aprendizajes. Se debe potenciar el uso de una variedad de materiales y recursos, considerando especialmente la integración de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de enseñanza-aprendizaje que permiten el acceso a recursos virtuales.

Finalmente, es necesaria una adecuada **coordinación** entre los docentes sobre las **estrategias metodológicas y didácticas que se utilicen**. Los equipos educativos deben plantearse una reflexión común y compartida sobre la eficacia de las diferentes propuestas metodológicas con criterios comunes y consensuados. Esta coordinación y la existencia de estrategias conexas permiten abordar con rigor el tratamiento integrado de las competencias y progresar hacia una construcción colaborativa del conocimiento.

## **5.2. ORIENTACIONES METODOLÓGICAS PARA LA ENSEÑANZA DE LA MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA**

Las características y los conocimientos previos del alumnado y las peculiaridades de la materia y de los contenidos tratados en cada caso, son elementos que deberán ser tenidos en cuenta a la hora de aplicar la amplia variedad de recursos metodológicos presentes en la Educación Física. Esta aplicación no será nunca producto de la improvisación, sino que supondrá el resultado de un proceso de reflexión en el que se tendrá en cuenta la correspondencia entre las distintas fases del aprendizaje y la evolución del alumnado.

La diversidad de situaciones de aprendizaje presentes en la Educación Física no recomienda la utilización de una sola metodología, de tal forma que la adecuada combinación de las mismas es la que propiciará los mejores resultados. Es por esto que el docente deberá contar con un amplio repertorio de recursos didácticos que den respuesta a las distintas situaciones planteadas en cada caso.

Partiendo del hecho de que el verdadero protagonismo en las clases de Educación Física lo tiene el alumnado y su proceso de aprendizaje, se priorizarán aquellos planteamientos metodológicos en los que el discente asuma un papel activo y que promuevan su participación en el proceso pedagógico, así como los que le impliquen cognitivamente y estimulen en el mismo procesos de búsqueda y de resolución de problemas, lo que generará aprendizajes de mayor calidad y mantenidos en el tiempo. En este sentido, aparte de continuar con las metodologías que hasta ahora se han venido utilizando, sería adecuado contemplar la incorporación de propuestas metodológicas que aportarán nuevos planteamientos en el desarrollo de los aprendizajes, consiguiendo en muchos



casos altas dosis de motivación por parte de los alumnos y las alumnas. Es el caso de la enseñanza comprensiva, el modelo de educación deportiva o el aprendizaje cooperativo, entre otros.

En este contexto los aprendizajes serán significativos y funcionales, de manera que el alumnado encuentre sentido y aplicación a lo que aprende. Se fomentarán además actitudes de reflexión y análisis sobre el propio proceso de adquisición de los distintos conocimientos y destrezas, lo que posibilitará la adquisición de una progresiva autonomía que, llegado el momento, hará posible la gestión de su propia práctica física.

En este mismo sentido, el planteamiento de contenidos se realizará teniendo en cuenta los intereses del alumnado, presentando los mismos de forma atractiva y utilizando los recursos de comunicación apropiados que hagan que los alumnos y alumnas se sientan motivados a adquirirlos.

Las actividades propuestas en clase y sus grados de complejidad tendrán la suficiente variedad como para atender a los distintos ritmos de aprendizaje presentes en el aula y tendrán como punto de partida el nivel de desarrollo de los alumnos, buscando, además, que contribuyan a la mejora de las competencias clave.

Los retos planteados deberán ser alcanzables para el alumnado, permitiendo, a través de las adecuadas adaptaciones, la consecución de las metas establecidas. Se conseguirán, de esta manera, procesos de aprendizaje más motivadores y satisfactorios, algo que, sin duda, generará actitudes positivas hacia la materia, favoreciendo de esta forma la adherencia de nuestros alumnos y alumnas a la práctica física. Estas consideraciones adquieren especial importancia en el caso de los deportes, ya que las limitaciones técnicas impiden en muchas ocasiones una participación plena en este tipo de actividades.

Destacar la importancia de que los aprendizajes, especialmente los deportivos, se realicen dentro de un contexto, que podrá ser de distinto tipo, desde situaciones en las que únicamente se tengan que controlar los propios movimientos, hasta en las que se debe responder a estímulos externos de oposición y coordinarse con los compañeros para conseguir el objetivo de la acción motriz.

Aunque algunos de los aprendizajes deberán tener una fundamentación teórica, la Educación Física tiene un carácter eminentemente práctico, por lo que se intentará que el tiempo de práctica física sea el mayor posible, utilizando los recursos didácticos que favorezcan este hecho y gestionando la organización de materiales e instalaciones, de forma que el proceso se vea optimizado. Por otro lado, si atendemos a las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud en referencia al tiempo de práctica de actividad física diario, es evidente que las dos horas de asignación semanal disponibles en Educación Física son insuficientes para cumplir este objetivo. Teniendo en cuenta esto y el hecho de que una de las finalidades de la materia es la de crear hábitos de vida saludables y duraderos, se intentará que las actividades realizadas en clase no se mantengan sólo en el entorno escolar sino que pasen a formar parte del repertorio de posibilidades de utilización en el tiempo de ocio de los



alumnos y alumnas. De igual forma se promocionará la participación del alumnado en aquellas iniciativas institucionales que promuevan los estilos de vida saludables y activos.

Aprovechando el que algunos de los contenidos de la Educación Física guardan una estrecha relación con los que se trabajan en otras materias, se plantearán propuestas conjuntas de adquisición de aprendizajes favoreciendo de esta forma la interdisciplinariedad.

Las formas de organización de la clase y del grupo serán variadas y flexibles en función de las circunstancias de aprendizaje, aunque se concederá especial importancia a las situaciones que favorezcan los factores de participación y socialización, promoviendo además aprendizajes de tipo cooperativo.

Las características de la Educación Física convierten esta materia en un entorno propicio para el desarrollo de valores personales y sociales. El profesor tratará de que estos principios de actuación estén muy presentes en el desarrollo de las distintas actividades y en su práctica docente, debiendo tener muy en cuenta que su comportamiento es uno de los principales elementos en la transmisión de valores a los alumnos. En este sentido, se prestará especial atención en erradicar cualquier tipo de estereotipo o prejuicio, fomentando la aceptación y la participación de todos y todas, independientemente de sus características, contribuyendo así de forma clara a la consecución de los elementos transversales.

En cuanto a la evaluación, estará presente en todo el proceso de enseñanza-aprendizaje y será de carácter formativo y, aunque cumplirá su función de verificación de los logros obtenidos, también orientará el aprendizaje del alumnado potenciando los éxitos, valorando el esfuerzo además de los resultados y corrigiendo los aspectos que deban ser mejorados, no utilizándose nunca como un elemento sancionador. Se tratará de conseguir que sea un proceso en el que el alumno tome parte activa, a través de experiencias de autoevaluación y de situaciones de reflexión crítica sobre sus desempeños.

El profesor deberá actuar en todo momento como guía y facilitador del aprendizaje de sus alumnos, creando las condiciones adecuadas para tal fin y prestando atención constante al proceso de aprendizaje de los mismos, de forma que le permita orientar y ajustar los recursos metodológicos en función de las situaciones que vayan surgiendo, con el fin de alcanzar los resultados deseados. La actitud del docente adquiere gran importancia debiendo ser esta, en todo momento, motivadora, positiva e integradora, de forma que se propicie un clima de aprendizaje, respeto, seguridad y confianza que genere en los alumnos y alumnas una predisposición favorable a aprender. Adquiere especial importancia el hecho de que el profesor mantenga actitudes de constante actualización pedagógica, abierto a nuevos planteamientos didácticos y a la incorporación de contenidos que puedan suponer una mejora en el proceso de enseñanza-aprendizaje.



Con todas estas aportaciones ya estamos en condiciones de dar respuesta a la pregunta **¿Cómo vamos a enseñar en Educación Física?**

Se usará diferente metodología de enseñanza propia de la Educación Física intentando que esta tenga presente los principios de la pedagogía constructivista y del aprendizaje significativo para la consecución de la autonomía del alumno, por lo tanto intentaremos respetar:

- Partir del nivel de desarrollo y conocimiento del alumno.
- El profesor actuará como mediador en los aprendizajes de los alumnos.
- Funcionalidad de los aprendizajes (para qué nos sirven los aprendizajes fuera del instituto).
- “Aprender a aprender”, adquiriendo técnicas y estrategias de autoaprendizaje.
- Significatividad lógica y psicológica de lo aprendido.

La **técnica de enseñanza** será principalmente indagativa o de búsqueda en aquellas tareas que así lo permitan, sin dejar de lado la instructiva o de reproducción de modelos, utilizándose entre otros los siguientes estilos de enseñanza:

- **Tradicionales.**

- mando directo
- modificación del mando directo
- asignación de tareas.

- **Individualizadores.**

- trabajo por grupos
- enseñanza modular
- programas individuales
- enseñanza programada.



▪ **Participativos.**

- enseñanza recíproca
- grupos reducidos
- microenseñanza.

▪ **Socializadores.**

- juego de roles
- simulación social
- trabajos grupales
- diferentes técnicas de dinámica de grupos.

▪ **Cognoscitivos o indagativos.**

- descubrimiento guiado
- resolución de problemas
- planteamiento de situaciones tácticas.

▪ **Creativos.**

- La sinéctica (proceso creativo de resolución de problemas y/o creación de nuevos productos, que se basa en la construcción de respuestas concretas mediante la unión de elementos aparentemente irrelevantes) con sus variantes.

Significar que la **estrategia de enseñanza** será global mayoritariamente, utilizando la analítica en aquellas tareas, que por su estructura, así lo requieran.

Las principales actividades de enseñanza que se utilizarán serán los juegos, aumentando con ello la motivación del alumno hacia los aprendizajes, sin olvidar los ejercicios de técnica deportiva y la competición como medio formativo siguiendo las recomendaciones de Terry Orlick en su obra “libres para crear, libres para competir”.



Por otro lado, **la información** será suministrada por diferentes vías: visual (demostraciones por parte del profesor o alumno aventajado, vídeos, ordenador, fotocopias, pizarra, apuntes, fotografías, etc.), auditiva (explicaciones, descripciones, cintas de audio, etc.), kinestésico-táctil y, en todo momento, se aportará información al alumno mediante el correspondiente **feedback externo o aumentado**.

También debemos comentar el fomento de diferentes fuentes de información y diversas formas para aprender por la acción, utilizándose las nuevas **tecnologías de la información y la comunicación (TIC)** que, puestas al acceso del alumnado con la orientación y asesoramiento del profesorado, permitirán un aprendizaje autónomo a ritmos diferentes en función de las capacidades e intereses de los alumnos.

En la **organización de los agrupamientos** dentro de las clases, se favorecerá tanto el trabajo individual, pequeño grupo y gran grupo, dependiendo de los objetivos que queramos conseguir en las sesiones, fomentando en todo momento el esfuerzo individual y la aportación de ese esfuerzo a un colectivo para conseguir un buen trabajo en equipo, promoviendo la cooperación y la solidaridad. La duración de los agrupamientos será variada, pudiendo ser de corta duración (solamente para la sesión o juego en concreto) o de larga duración (para toda la unidad didáctica o trimestre, por ejemplo, en la escenificación de propuestas o en pequeños trabajos de investigación grupales).

En cuanto a la **organización y distribución de los tiempos** en nuestra Programación, se puede comprobar que existe una distribución equilibrada de las sesiones en las unidades didácticas que vamos a impartir, buscando dar a conocer diversas actividades y juegos para crear un amplio bagaje motriz, respetando la legislación en todo momento a través del desarrollo de los Bloques de contenidos y sacando el máximo provecho a los materiales e instalaciones de los que disponemos.

La distribución del tiempo en nuestras sesiones se optimizará en cuatro momentos:

- **Parte inicial:** donde realizaremos una información general inicial para comprobar que están todos, que tienen la ropa adecuada y dar una breve explicación de lo que vamos a realizar en la sesión y, posteriormente realizaremos un calentamiento con un juego de animación para activarnos a nivel físico, cognitivo y afectivo-social. Su duración será entre 10 y 15 minutos.
- **Parte principal:** en esta parte realizaremos diversas actividades y juegos muy relacionados con los contenidos que estamos impartiendo en cada momento. Tendrá una duración entre 30 y 35 minutos.
- **Vuelta a la calma:** en esta parte, primeramente, realizaremos alguna actividad que ayude al alumnado a recuperar su estado inicial (juego sensorial, relajación, estiramientos,...). También se realizarán reflexiones sobre la sesión, seguido de la recogida del material utilizado y la vuelta ordenada al aula correspondiente.



### 5.3. SITUACIONES DE APRENDIZAJE.

Para el diseño de situaciones de aprendizaje se tendrán en cuenta las orientaciones del Anexo III del Decreto 83/2022, de 12 de julio, por el que se establece la ordenación y el currículo de Bachillerato en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha (DOCM de 14/07/2022).

En una situación de aprendizaje competencial se concretan y evalúan las experiencias de aprendizaje. Los productos elegidos deberán ser adecuados para la observación de los aprendizajes descritos en los criterios de evaluación, siendo coherentes con los procesos cognitivos, emocionales y psicomotrices en ellos descritos.

El diseño de nuestras situaciones de aprendizaje debe tener como referencia uno o varios criterios de evaluación, que nos darán las claves de nuestra situación de aprendizaje, y a través de los cuales evaluaremos el logro de los aprendizajes descritos en estos criterios al mismo tiempo que evaluamos el grado de desarrollo de las competencias vinculadas a los mismos.

El proceso de enseñanza se apoyará siempre en actividades y tareas concretas e inmediatas, con objetivos claros y precisos, que aseguren la asimilación de los saberes básicos seleccionados, y mediante las cuales puedan detectarse errores conceptuales o de procedimiento y ofrecer soluciones para su corrección, fomentando en el alumnado actitudes positivas tendentes al progreso constante.

El fin último de tales situaciones debe ser el debate, el trabajo y la reflexión en grupo y la correcta comunicación e interpretación de ideas, que permitan al alumnado percibirse como agente de su propio aprendizaje.

En consonancia con el carácter competencial de este currículo, **se recomienda la creación de tareas interdisciplinares, contextualizadas, significativas y relevantes**, y el desarrollo de situaciones de aprendizaje donde se considere al alumnado como agente social progresivamente autónomo y gradualmente responsable de su propio proceso de aprendizaje, teniendo en cuenta sus repertorios e intereses, así como sus circunstancias específicas, lo que permite combinar distintas metodologías.

### MEDIDAS DE INCLUSIÓN EDUCATIVA.

El artículo 2 del Decreto 85/2018, de 20 de noviembre, por el que se regula la inclusión educativa del alumnado en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha dice: “se entiende como **inclusión educativa** el



conjunto de actuaciones y medidas educativas dirigidas a identificar y superar las barreras para el aprendizaje y la participación de todo el alumnado y favorecer el progreso educativo de todos y todas, teniendo en cuenta las diferentes capacidades, ritmos y estilos de aprendizaje, motivaciones e intereses, situaciones personales, sociales y económicas, culturales y lingüísticas; sin equiparar diferencia con inferioridad, de manera que todo el alumnado pueda alcanzar el máximo desarrollo posible de sus potencialidades y capacidades personales”.

Estas medidas pretenden promover, entre otras, la igualdad de oportunidades, la equidad de la educación, la normalización, la inclusión y la compensación educativa para todo el alumnado.

Con el asesoramiento del departamento de Orientación adoptaremos las siguientes medidas:

**1. Medidas de inclusión educativa a nivel de aula.** Constituyen el conjunto de estrategias y medidas de carácter inclusivo que favorecen el aprendizaje de todo el alumnado y contribuyen a su participación y valoración en la dinámica del grupo-clase.

A nivel de aula se podrán aplicar, entre otras, las siguientes medidas de inclusión educativa:

- Estrategias empleadas por el profesorado para favorecer el aprendizaje a través de la interacción, en las que se incluyen entre otros, métodos de aprendizaje cooperativo, el trabajo por tareas o la tutoría entre iguales, entre otras.
- Las estrategias organizativas de aula empleadas por el profesorado que favorecen el aprendizaje, como son el trabajo por rincones, la coenseñanza, la organización de contenidos por centros de interés, los bancos de actividades graduadas, uso de agendas o apoyos visuales, entre otras.
- Los grupos o programas de profundización y/o enriquecimiento que trabajen la creatividad y las destrezas de pensamiento para alumnado que lo precise.
- El refuerzo de contenidos curriculares dentro del aula ordinaria, dirigido a favorecer la participación del alumnado en el grupo-clase.
- Las actuaciones de seguimiento individualizado y ajustes metodológicos llevados a cabo con el alumnado derivadas de sus características individuales.

**2. Medidas individualizadas de inclusión educativa:**

La adopción de medidas individualizadas de inclusión no supone la modificación de elementos prescriptivos del currículo siendo responsabilidad del equipo docente y profesionales que intervienen con el alumnado, el seguimiento y reajuste de las actuaciones puestas en marcha.



Entre las medidas descritas en el artículo 8.4 del citado Decreto 85/2018, de 20 de noviembre, se aplicará la siguiente: “Las adaptaciones de carácter metodológico en la organización, temporalización y presentación de los contenidos, en la metodología didáctica, así como en los procedimientos, técnicas e instrumentos de evaluación ajustados a las características y necesidades del alumnado de forma que garanticen el principio de accesibilidad universal”.

Se realizará el correspondiente plan de trabajo con la participación de todo el equipo docente y se evaluará cada trimestre.

De este modo, y siendo conscientes que la Educación Física es distinta al resto de materias, tanto en su metodología, espacios e instalaciones, material, etc., como en los aprendizajes que adquiere el alumnado a nivel cognitivo, psicomotor y afectivo-social, vamos a establecer unas orientaciones para atender a la diversidad que solemos encontrar en nuestras aulas.

### **ATENCIÓN A LOS ALUMNOS CON NECESIDADES ESPECÍFICAS DE APOYO EDUCATIVO EN EDUCACIÓN FÍSICA**

El Currículo establece las intenciones educativas para todo el alumnado, lo que implica que debe reflexionar acerca de las características individuales de cada uno de los alumnos que formarán parte de este proceso de enseñanza-aprendizaje, de esta forma responderá correctamente a las preguntas relativas al qué, cómo, y cuándo enseñar y evaluar.

Como valoración inicial y punto de partida, la tendencia hacia una individualización del proceso de enseñanza se nos plantea como la clave para superar la gran diversidad en el aprendizaje que podemos observar en el alumnado, acercando los contenidos a sus capacidades y posibilidades.

### **FACTORES QUE NOS VAN A CONDICIONAR EL APRENDIZAJE EN E.F.**

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

**Grado de desarrollo motor.** Nuestro alumnado está caracterizado por el inicio de la adolescencia, está marcado por la aparición de notables diferencias de desarrollo evolutivo. Si en los años anteriores existía un nivel de desarrollo más o menos homogéneo, es en estas edades cuando empiezan a aparecer diferencias individuales, fruto de la variedad en la rapidez de crecimiento y madurez entre unos y otros.



**Características individuales.** El factor genético no sólo afecta a la velocidad en el desarrollo. Hay alumnos mejor dotados de forma innata para la práctica de la actividad física que otros. De este modo, cada día son más frecuentes los casos de asma y alergias entre nuestros alumnos, esto condiciona su rendimiento (especialmente en cuanto a la eficacia cardiorrespiratoria) por causas ajenas a su voluntad. La adaptación de la tarea a sus posibilidades evita aumentar la sensación de fracaso que el alumno encuentra al estar limitado.

**Experiencias previas.** La eficacia en las tareas puede venir también motivada por el bagaje motriz que cada alumno tenga. Una gran variedad de aprendizajes motrices permitirá dedicar menos tiempo a la adquisición de nuevos aprendizajes.

Establecidas las causas que justifican los diferentes ritmos de aprendizaje, debemos aclarar que el alumnado debe ser responsable, conocer y aceptar su nivel de partida o inicial para mejorar a través de la constancia y en ocasiones, la dedicación fuera del periodo lectivo.

Queremos destacar que con la atención a la individualidad, no solamente vamos a centrarnos en aquellos casos que supongan un retraso con respecto al aprendizaje de la mayoría de alumnos, sino también a todos aquellos que tanto por sus características genéticas y de desarrollo como por sus experiencias previas, presenten una mayor facilidad para la asimilación y ejecución de tareas. La tendencia hacia la individualización de la enseñanza debe abarcar a todos y cada uno de los alumnos, favoreciendo el refuerzo de los aprendizajes en aquellos casos con dificultades y evitando el estancamiento de los alumnos más favorecidos.

## **MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA INDIVIDUALIDAD EN EDUCACIÓN FÍSICA**

### **1. OPTATIVIDAD:**

Pretende favorecer que los alumnos alcancen aprendizajes, capacidades físicas y coordinativas similares a través de la realización de diferentes actividades a elegir.

**2. ADAPTACIÓN CURRICULAR:** Esta se realizará siempre y cuando haya un informe claro y explícito por parte del Departamento de Orientación.

**3. ORGANIZACIÓN DE LOS RECURSOS PERSONALES Y MATERIALES DIRIGIDOS A LOS ALUMNOS CON NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES:** Se seleccionarán una serie de medidas destinadas a posibilitar y facilitar el acceso de dichos alumnos a una vida escolar adaptada a sus características.



Con esta medida y utilizando el refuerzo educativo intentaremos evitar realizar adaptaciones curriculares a alumnos que las necesitan en otras materias.

### **PLAN DE TRABAJO INDIVIDUALIZADO**

Además de los Planes de trabajo individualizado que hemos mencionado el apartado 7 sobre actividades y procedimientos de recuperación. En nuestra materia se seguirán las siguientes pautas para el alumnado que requiera un PTI por otros motivos:

a) **Valoración inicial.** Un estudio inicial de los alumnos debe acercarnos a su realidad en cuanto a diversos factores:

- Características constitucionales y de desarrollo motriz. A través de un estudio de los datos antropométricos (peso, talla, envergadura...) y de eficacia en la conducta motriz (valoración de la condición física y del nivel de desarrollo de las cualidades motrices y habilidades básicas y específicas, así como de las habilidades expresivas). Para ello podremos establecer una serie de pruebas de sencilla ejecución que nos permitan valorar el nivel de cada alumno.

- Experiencias previas. A través de encuestas combinadas con las pruebas del apartado anterior, podemos llegar a hacer una aproximación de las distintas actividades realizadas por nuestros alumnos (tanto en la Educación Física escolar como en la práctica de actividades físicas y deportivas fuera de la escuela) y del nivel de progresión alcanzado en ellas. En este apartado, sería conveniente considerar aquellos casos en los que experiencias previas puedan haber supuesto un fracaso y hayan provocado en el alumno un miedo o un rechazo a la actividad fruto de la falta de éxito. Un ejemplo muy frecuente de esto último son aquellos alumnos que al haber tenido experiencias traumáticas en actividades de gimnasia deportiva (golpes, lesiones) no progresan por el miedo generado por dichas experiencias.

Distinguiremos dos niveles de aplicación. La valoración inicial a principio de curso, especialmente en el primer curso, que nos servirá para el establecimiento de objetivos terminales, metodología, organización, y evaluación y la valoración a principio de cada unidad didáctica, que nos posibilitará adecuar el nivel de los contenidos y el grado de exigencia.

b) **Selección y priorización de contenidos.** Es este uno de los aspectos de mayor importancia dentro de la adaptación curricular. Para la consecución de un mismo objetivo deben existir distintos caminos, distintos contenidos. La selección de los mismos tiene que plantearse en función de las posibilidades de cada centro.



Para posibilitar la consecución de los objetivos por parte de alumnos con distintos niveles debemos priorizar contenidos, de forma que haya unos mínimos y, a partir de ellos, otros de mayor grado de complejidad.

c) **Utilizar metodologías y estrategias didácticas más centradas en el proceso y en el alumno.**

Los modelos instructivos, representados principalmente por el mando directo, tienden a centrarse más en el producto, fijando el éxito del proceso en unos resultados. El papel del alumno es menor, ya que el profesor determina de antemano cuál debe ser el resultado para todos sus alumnos. Si bien es necesario el establecimiento de unos patrones de actuación, los modelos de enseñanza guiados mediante la búsqueda permiten al alumno una mayor toma de conciencia e intervención, al tiempo que desarrollan su motivación.

En cualquier caso, el estilo de enseñanza escogido estará condicionado por las características de los contenidos que se van a desarrollar y por el nivel de dominio que sobre ellos tengan nuestros alumnos.

d) **Proponer actividades diferenciadas.** Está directamente relacionado con lo expuesto en el párrafo anterior. Las tareas que propongamos deben permitir una graduación, de forma que cada alumno ejecute unas variables en función del momento de aprendizaje en que se encuentre. Esto es importante tanto para los alumnos con dificultades en el aprendizaje como para los que tengan un nivel avanzado, ya que les permite no «descolgarse» de la clase.

e) **Emplear materiales didácticos variados.** El grado de complejidad de la tarea viene también definido por los materiales que empleamos. Utilizar distintas cargas en trabajos de condición física, distintos tamaños de balón en los deportes colectivos (en función de las características antropométricas de los alumnos) son algunos ejemplos sencillos de realizar. La visualización de vídeos, material curricular impreso, utilización de las TIC, etc., son también un elemento de gran ayuda para reforzar sus aprendizajes.

f) **Adaptación de la evaluación.** Antes de adaptar los criterios de evaluación o los estándares de aprendizaje intentaremos modificar las técnicas, los procedimientos e instrumentos de evaluación para que el alumno alcance los mismos aprendizajes que sus compañeros pero los demuestre de otro modo.

Si esto no es viable, se intentará **adaptar los estándares de aprendizaje**. Esta tarea será básica para que el alumno pueda alcanzar los objetivos de la Etapa desde nuestra materia. Como hemos expuesto en el apartado 3, existen aprendizajes que se producen en las clases de Educación Física que son fundamentales para la adquisición de ciertos objetivos de Etapa.



Esto se puede conseguir sin cambiar estos objetivos y variando aquellos estándares que consideremos que el alumno no podrá alcanzar a lo largo de la Etapa por análisis de su evaluación inicial y evolución del alumno a lo largo de los diferentes cursos.

### **ASPECTOS ESPECÍFICOS QUE SE DEBEN TENER EN CUENTA EN LOS DISTINTOS TIPOS DE UNIDADES DIDÁCTICAS**

**Las relacionadas con la condición física, coordinativa y la salud.** Tender a homogeneizar la enseñanza de estos contenidos supone condenar irremediabilmente al fracaso a aquellos alumnos con dificultades por su constitución o por un desarrollo evolutivo más lento y a que no exista una progresión significativa en aquellos con más posibilidades. Teniendo esto presente proponemos:

- Programar contenidos y actividades adaptados a distintos niveles, dentro de unos márgenes.
- Utilizar las pruebas de ejecución con carácter normativo como elemento orientador.
- Evaluar diferentes aspectos relacionados con la condición física: nivel alcanzado, planificación, dominio de las cargas y principios de entrenamiento, forma de ejecutar los test, etc.
- Utilizar cargas en el trabajo como un factor diferenciador.
- Valorar el grado de autonomía en el trabajo de los alumnos.

**Las relacionadas con juegos y deportes.** Dentro de este apartado se englobará la mayor parte de los contenidos que se van a desarrollar en esta etapa. Hemos de recordar que, si bien los mecanismos de percepción y decisión son los que más intervienen en las tareas que se desarrollan dentro de estos contenidos, el mecanismo de ejecución es determinante en estas edades para el correcto aprendizaje (fuerza en los lanzamientos, velocidad en los desplazamientos...)

En los aprendizajes de habilidades con cierto nivel de riesgo (habilidades gimnásticas), se deben establecer ayudas a la progresión para disminuir el nivel de incertidumbre en los alumnos con más problemas.

En la enseñanza de la técnica deportiva hay que plantear problemas motrices con múltiples soluciones, intentando evitar situaciones con una sola respuesta, de forma que el alumno pueda adaptar las respuestas a sus características. En los deportes colectivos debemos valorar el nivel de participación en las tareas e iniciar la enseñanza de la táctica colectiva con el planteamiento de problemas que tengan distintos niveles de resolución, procurando que el mecanismo de ejecución no sea un factor determinante.

Hay que intentar evitar los agrupamientos naturales por niveles en el desarrollo de los juegos y deportes colectivos variando las normas para favorecer la inclusión de todos en el juego.



Es importante delimitar el número de estímulos perceptivos a través de la simplificación de las normas. Hay que valorar la cooperación y el trabajo colectivo como un elemento importante, así como el respeto a los otros.

**Las relacionadas con actividades físicas y deportivas en el medio natural y urbano.** Es importante al trabajar estos contenidos que sean accesibles a todo el alumnado, teniendo un control exhaustivo de las medidas de protección y seguridad de todos los participantes así como del entorno en el que se realicen.

**Las relacionadas con la expresión corporal y las composiciones individuales o grupales.** En estas edades vamos a encontrar resistencia a estos contenidos en parte del alumnado, debido a los conflictos de imagen propios de la adolescencia. Puede resultar, entonces, adecuado:

- Proponer actividades motivadoras al inicio, respetando como válidas las distintas respuestas individuales.
- Asentar el respeto al otro como base de trabajo. Hacerlo sentir.
- Desarrollar los contenidos fundamentalmente a través de trabajos grupales, no forzando los agrupamientos.
- Valorar la originalidad y la creatividad por encima del rendimiento.
- Posibilitar a los alumnos distintos caminos para responder a una misma respuesta.
- Evitar la imposición en la propuesta y el desarrollo de las tareas.

### **ALUMNOS CON DISCAPACIDAD FÍSICA TRANSITORIA O PERMANENTE CON INFORME MÉDICO**

Como hemos explicado con anterioridad, ésta es una situación específica de nuestra materia. Distinguiremos aquellos alumnos que están limitados para realizar unas determinadas actividades de aquellos que no pueden practicar actividad física.

En ambos casos se podrán modificar los procedimientos e instrumentos de evaluación, los contenidos y las actividades a realizar, la metodología, el material y si fuera necesario los criterios de calificación y por último los estándares de aprendizaje en algunas unidades didácticas o en todas dependiendo del tipo de discapacidad o duración de la misma.

Proponemos a continuación algunas actividades que puede realizar el alumnado con discapacidad física transitoria:

- Realización de trabajos teóricos relacionados con los contenidos que se están trabajando para exponer a sus compañeros.
- Elaboración de apuntes para sus compañeros.
- Participación en las actividades deportivas como entrenadores, árbitros o preparadores físicos, ayudantes, evaluadores.
- Dirección de actividades a sus compañeros: juegos, estiramientos, ejercicios de relajación...



- En las unidades didácticas de expresión corporal, el calentamiento y el ocio saludable pueden participar sin problemas.

Por otro lado las medidas que se adoptarán para el alumnado invidente y con el de movilidad reducida serán las siguientes:

- Apoyo dentro del aula por especialistas.
- Colaboración de alumnos ayuda.
- Modificación de los procedimientos e instrumentos de evaluación, la metodología, agrupamientos, espacios y materiales para intentar que alcancen los aprendizajes establecidos en los estándares. Dependiendo de los aprendizajes a alcanzar se modificarán unos aspectos u otros, dependerá de la evaluación inicial, el esfuerzo realizado y la progresión que se vaya observando durante el proceso de aprendizaje.
- Realización de actividades, juegos y deportes adaptados.
- Trabajos de sensibilización de los compañeros del grupo con las características específicas de este alumnado.
- Adaptación de material (apuntes, deportivo, etc.).

## 7.- EVALUACIÓN.

La Orden 187/2022 de 27 de septiembre, de la Consejería de Educación, Cultura y Deportes, por la que se regula la evaluación en Bachillerato en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha (DOCM 30/09/2022) define la evaluación en su artículo 2 de la siguiente manera:

“La evaluación en Bachillerato estará orientada a valorar los procedimientos llevados a cabo en el desarrollo del proceso de enseñanza y aprendizaje, identificando y contemplando los diferentes ritmos, estilos de aprendizaje y motivaciones del alumnado de Bachillerato.

A estos efectos, los **criterios de evaluación** deben guiar la intervención educativa y ser los referentes que han de indicar los niveles de desempeño esperados en el alumnado en las situaciones, tareas o actividades a las que se refieren las competencias específicas de cada materia, en un momento determinado de su proceso de aprendizaje”.

En el artículo 3 expresa la finalidad de la evaluación:

“La finalidad de la evaluación en la etapa de Bachillerato reside en la comprobación del grado de adquisición de las competencias clave y del logro de los objetivos de la etapa, respetando los principios del Diseño Universal para el Aprendizaje.



La evaluación debe servir para mejorar el proceso de enseñanza y de aprendizaje, mediante la valoración de la eficacia de las estrategias metodológicas y de los recursos utilizados. Por este motivo, todos los profesionales implicados evaluarán también su propia práctica educativa”.

Y, en el artículo 4, expresa el carácter de la evaluación:

“La evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado de Bachillerato será **continua y diferenciada** según las distintas materias. La evaluación continua implica un seguimiento permanente por parte del profesorado, con la aplicación de diferentes procedimientos de evaluación en el proceso de aprendizaje”.

El profesorado evaluará los aprendizajes del alumnado, utilizando de forma generalizada instrumentos de evaluación variados, diversos, flexibles y adaptados a las distintas situaciones de aprendizaje, que permitan la valoración objetiva de todo el alumnado y que garanticen, asimismo, que las condiciones de realización de los procesos asociados a la evaluación se adapten a las necesidades del alumnado con necesidad específica de apoyo educativo (art. 22.4. del citado Decreto 83/2022, de 12 de julio).

Al término del curso, el profesorado de cada materia decidirá si el alumno o la alumna han logrado los objetivos y ha alcanzado el adecuado grado de adquisición de las competencias correspondientes (art. 22.2. del Decreto 83/2022, de 12 de julio).

De igual forma, el profesorado evaluará tanto los procesos de enseñanza llevados a cabo como su propia práctica docente, a fin de conseguir la mejora de los mismos. Los departamentos didácticos propondrán y elaborarán herramientas de evaluación que faciliten la labor individual y colectiva del profesorado, incluyendo estrategias para la autoevaluación y la coevaluación (art. 22.5. del Decreto 83/2022, de 12 de julio).

La evaluación del alumnado atendiendo a las diferencias individuales se hará siguiendo lo prescrito en el art. 9 de la Orden 187/2022 de 27 de septiembre.

## **7.1. CRITERIOS DE EVALUACIÓN.**

El criterio de evaluación es el referente de la evaluación. Los criterios de evaluación de Educación Física están recogidos en la tabla del apartado 4.5 de esta Programación Didáctica “**organización de los saberes básicos, competencias específicas, criterios de evaluación y descriptores operativos de Educación Física**”. Así como, en el apartado 4.6 “**secuenciación y temporalización**”, en el que se relacionan con las diferentes unidades didácticas.



## 7.2. PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN.

Los procedimientos de evaluación continua serán variados y descriptivos, para facilitar la información a los profesores, profesoras y al propio alumnado, del desarrollo conseguido en cada una de las competencias clave y del progreso diferenciado de cada materia (art. 5.2 de la ya citada Orden 187/2022 de 27 de septiembre).

Entendemos por “técnicas de evaluación” los métodos a través de los cuales se lleva a cabo la recogida de información sobre adquisición de competencias específicas, es decir, sobre el logro de los criterios de evaluación. Las técnicas de evaluación responden a cómo se lleva a cabo está recogida.

Los **instrumentos utilizados en la evaluación** serán variados, accesibles, flexibles y adaptados a las distintas situaciones de aprendizaje. Dichos instrumentos deben permitir la valoración objetiva de todo el alumnado y garantizar, asimismo, que las condiciones de realización de los procesos asociados a la evaluación se adapten a las necesidades del alumnado con necesidad específica de apoyo educativo (art. 5.4 de la Orden 187/2022).

Los instrumentos de evaluación son las herramientas de evaluación pedagógica con las que determinar el grado de suficiencia o insuficiencia de los conocimientos, destrezas y actitudes demostrados por el alumnado, tomando como referentes los criterios de evaluación. Responden a la pregunta: ¿con qué evaluar?

El Departamento de Educación Física ha decidido las siguientes técnicas e instrumentos de evaluación:

Para seleccionar los procedimientos de evaluación, debemos tener presente que deben ser coherentes y atender a criterios de **objetividad** (ausencia de sesgos en las evidencias recogidas), **fiabilidad** (los resultados obtenidos son fiables) y **validez** (se recogen evidencias de lo que se propone medir).

De este modo y teniendo en cuenta que el Currículo oficial señala que la **práctica docente** empleará diferentes procedimientos de evaluación con el fin de lograr la integración de todas las competencias en un marco de evaluación coherente. En Educación Física se podrán utilizar los siguientes:

- La observación sistemática del trabajo de los alumnos.
- Las pruebas orales y escritas.
- El portfolio.
- Los protocolos de registro.
- Los trabajos de clase.

También el **alumnado** será partícipe de su propio proceso de evaluación. Para ello, con el fin de favorecer el aprendizaje desde la reflexión y valoración del alumnado sobre sus propias dificultades y fortalezas, sobre la participación de los compañeros en las actividades de tipo colaborativo y desde la colaboración con el profesorado en la regulación del proceso de enseñanza-aprendizaje, los **procedimientos de evaluación** incorporarán estrategias que permitan la participación del alumnado en la evaluación de sus logros:

- **La autoevaluación.** Valoración autónoma, reflexiva y sistemática de su aprendizaje por parte del alumno. Para esto el alumnado rellenará una planilla de autoevaluación con algunos estándares de aprendizaje que se hayan tratado ese trimestre.



- **La evaluación entre iguales.** Valoración reflexiva y autónoma del aprendizaje del alumno realizada por un compañero. Esta se realizará en la elaboración y puesta en práctica de los calentamientos a través de una escala de observación que cumplimentará un responsable del grupo.

Por otro lado, cada alumno valorará ciertos aprendizajes de un compañero a través de escalas de observación.

- **La coevaluación.** Valoración reflexiva y sistemática conjunta del aprendizaje realizada entre el alumno y el profesor. Esta estará relacionada con la autoevaluación y mediante una entrevista se compararán los datos de la autoevaluación con la realizada por el profesor.

El **instrumento de evaluación** es un recurso de apoyo en la labor educativa que permite el seguimiento, el control y la regulación de los conocimientos, habilidades y destrezas que desarrolla cada estudiante durante la aplicación de una estrategia o técnica de evaluación.

Los anteriores procedimientos requieren la utilización de diversos **instrumentos de evaluación**, con el fin de conocer de forma real y objetiva lo que el alumno sabe o no respecto a cada uno de los estándares de aprendizaje evaluables y, por tanto, valorar su nivel de logro para proporcionarle una ayuda pedagógica adecuada.

Algunos de los instrumentos aplicables al proceso de evaluación del aprendizaje son los siguientes:

1. **TÉCNICAS DE OBSERVACIÓN.** Utilizadas en situaciones espontáneas de aula y permiten evaluar procedimientos y actitudes.
  - a) Registro anecdótico.
  - b) Listas de control.
  - c) Escalas de observación.
  - d) Diario de clase
2. **REVISIÓN DE TAREAS.** Fundamentalmente utilizadas para evaluar procedimientos.
  - a) Análisis del cuaderno de clase.
  - b) Análisis de producciones (actividades, tareas, trabajos, etc.).
3. **PRUEBAS ESPECÍFICAS.** Apropriadas para evaluar conceptos y procedimientos. Existe una gran variedad de ellas por lo que conviene utilizar las más adecuadas a las capacidades del alumnado. Las pruebas o exámenes (escritos u orales) propuestos tendrán en cuenta en todo caso los estándares de aprendizaje evaluables, que incluyen o a los que hacen referencia, para asignarles un **nivel de logro**.
  - a) **Pruebas de composición o desarrollo.** Se plantean para que el alumnado seleccione, organice y exprese ideas esenciales de los temas aprendidos. Permiten evaluar diversas competencias al recoger la capacidad comprensiva y expresiva, el grado de conocimiento de los contenidos, la capacidad reflexivas, etc.
  - b) **Pruebas objetivas.** Breves en su enunciado y en las repuesta demandada mediante distintos tipos de cuestiones:
    - De respuesta corta.



- De texto incompleto.
  - De emparejamiento.
  - De opción múltiple.
  - De verdadero o falso.
4. **ENTREVISTAS.** Proporcionan información personalizada difícilmente obtenible con otros instrumentos. Los cuestionarios deben usarse de forma complementaria a otros instrumentos.
5. **AUTOEVALUACIÓN.** Permite al alumnado reflexionar sobre su propio proceso de aprendizaje.
6. **COEVALUACIÓN.** Se valora el desempeño de un alumno a través de su propio compañero o del mismo junto con el profesor. Permite al alumnado comprender los mecanismos de la evaluación, sus fines y sus dificultades y le hace partícipe del proceso evaluador. Facilita la reflexión personal y el juicio crítico del trabajo de sus compañeros.

Estos instrumentos de evaluación se han concretado, para las diferentes unidades didácticas y criterios de evaluación, tanto en el apartado 4.5 como en el 4.6.

En cuanto a las herramientas e instrumentos de evaluación, también serán variadas. Destacamos el uso de tres:

- a) Cuestionarios y exámenes escritos u orales con inclusión de preguntas prácticas y teóricas, de desarrollo o abiertas, preguntas de opción múltiple, de verdadero o falso, de una con flechas, de autocompletar. Habrá 3 exámenes durante el curso (1 por evaluación). Estas pruebas permiten evaluar la mayoría de los criterios de evaluación y de las competencias específicas siendo en la ESO uno de los instrumentos para la calificación global del alumnado. A un alumno que por cualquier circunstancia no realice una prueba escrita, no se le hará una prueba especial, (salvo que lo decida el Departamento) ya que se le recogerán datos en las siguientes pruebas escritas, además de los que se recogen por otros procedimientos de evaluación. Si la causa no es justificada, se calificará la prueba como cero al igual que si al alumno se le descubre copiando en el examen. Si al alumno se le descubre un móvil en el examen se le calificará la prueba como un cero. La valoración de causa justificada o no, compete al Departamento. Se podrá pedir a un alumno la repetición de alguna prueba escrita si por algún motivo el profesor lo considera necesario para su correcta evaluación.
- b) Trabajos y proyectos en vinculados a la realidad cotidiana del alumnado. Habrá al menos un trabajo en cada evaluación
- c) Actividades variadas: resolución de problemas y ejercicios, producciones escritas y digitales, así como audiovisuales y orales. Muchas de ellas recogidas en el cuaderno del alumnado y otras evaluadas mediante la observación diaria en clase.

Los trabajos y actividades individuales o en grupo que el alumno deberá realizar, se han de entregar en el plazo fijado por el profesor para su corrección y evaluación. Fuera de plazo no se recogerá ningún trabajo a los alumnos, siendo 0 su calificación



Teniendo esto presente, debemos comentar que los procedimientos e instrumentos de evaluación que prevalecerán serán los vinculados a la observación y el desempeño. De esta manera se valorará fundamentalmente el proceso y no tanto el producto, pues el objetivo último es una evaluación competencial.

### **7.3. FASES DE EVALUACIÓN.**

La evaluación continua es el proceso evaluador que se concreta y organiza durante el curso. Desde su inicio, mediante una evaluación inicial, se realiza el seguimiento y desarrollo del proceso de enseñanza y aprendizaje, para concluir con una valoración global del mismo, a su finalización, basada en la consecución de los objetivos y el grado de adquisición de las competencias clave establecidos para la etapa (art.5.1 de la Orden 187/2022 de 27 de septiembre, de evaluación en Bachillerato).

A lo largo de cada curso escolar, se convocarán cuatro sesiones de evaluación para cada grupo de alumnos y alumnas, que se registrarán como primera, segunda, ordinaria y extraordinaria. Se celebrarán en las fechas que, a propuesta de la CCP, apruebe el Claustro de Profesores, sin perjuicio de lo que determine la Consejería de Educación, Cultura y Deportes.

### **7.4. EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN DEL PROCESO DE APRENDIZAJE.**

Consideraciones previas.



La calificación del alumnado debe partir, exclusivamente, de los aprendizajes descritos en el criterio o en los criterios de evaluación, así como de las competencias vinculadas a estos criterios, aspectos que conforman el currículo de la materia.

Un determinado instrumento de evaluación podría arrojar un mayor número de evidencias sobre la adquisición de un determinado aprendizaje o de un mismo criterio de evaluación, o implicar una mirada más detallada o más profunda sobre el aprendizaje o el criterio evaluado. El profesorado podrá, por tanto, estimar oportuno aplicar un valor mayor a esas evidencias con respecto a las calificaciones obtenidas a través de otros instrumentos de evaluación relacionados con el mismo aprendizaje o criterio. Esto debe quedar reflejado en los criterios de calificación establecidos previamente.

Lo que calificamos son los aprendizajes que evidencian esos instrumentos de evaluación, instrumentos diseñados para poder observar el nivel de adquisición o de logro en el alumnado, tanto en lo que respecta a los criterios de evaluación como a las competencias vinculadas a estos.

Un mismo instrumento puede aportar información sobre varios criterios de evaluación, así como sobre una o varias competencias vinculadas, por lo que debemos saber previamente qué aprendizajes o competencias nos permite calificar y qué calificación aporta a cada uno de estos aspectos, que podrá ser la misma o no.

El diseño de nuestras situaciones de aprendizaje tendrá como referencia uno o varios criterios de evaluación, que nos darán las claves de nuestra situación de aprendizaje, y a través de los cuales evaluaremos el logro de los aprendizajes descritos en estos criterios al mismo tiempo que evaluamos el grado de desarrollo de las competencias vinculadas a los mismos.

En resumen, **la calificación trimestral** de los aprendizajes descritos en el criterio o en los criterios de evaluación, así como de las competencias específicas vinculadas a estos criterios se hará de la siguiente manera:

- Criterios de evaluación vinculados a la competencia específica 1: 30%
- Criterios de evaluación vinculados a la competencia específica 2: 28%
- Criterios de evaluación vinculados a la competencia específica 3: 18%
- Criterios de evaluación vinculados a la competencia específica 4: 12%
- Criterios de evaluación vinculados a la competencia específica 5: 12%

Para aprobar el alumno o alumna deben obtener el 50% de la calificación, como mínimo.

- Calificación del primer trimestre: Se obtendrá del cálculo del promedio de las notas medias de todos los criterios de evaluación valorados en dicho trimestre.



- Calificación del segundo trimestre: Se obtendrá del cálculo del promedio de las notas medias de todos los criterios de evaluación valorados en el primer y segundo trimestre. En el caso de aquellos alumnos que decidan realizar pruebas para mejorar sus calificaciones en el primer trimestre, la nota final se calculará atendiendo a las nuevas calificaciones obtenidas.

Calificación final: Se obtendrá del cálculo de la media aritmética de las notas medias de todos los criterios de evaluación valorados en el primer, segundo y tercer trimestre

Otros criterios.



En el caso de que un alumno o alumna no entregue un trabajo, tendrá repercusión en la calificación relacionada con ese criterio de evaluación.

Cuando un alumno no pueda ser evaluado con alguno de los instrumentos de evaluación previstos por motivos justificados, se podrá utilizar otro instrumento de evaluación.

Cuando un alumno se ausente el día en el cual se realice una prueba escrita de una unidad educativa, durante la evaluación ordinaria, se actuará siguiendo los siguientes pasos.

1. Será obligatorio la entrega de un justificante médico o del tutor, en el periodo de máximo de una semana tras la incorporación del alumno a la clase, en el cual se indique la causa de la ausencia, sino se entrega dicho justificante tendrá un calificación de 0 en dicha prueba ya que renuncia a su derecho a realizarla al no justificar su ausencia.
2. Si el alumno entrega el justificante en el periodo determinado y es la primera vez que falta a una prueba, podrá realizar dicha prueba en el día y hora que el profesor le indique.
3. Si el alumno no es la primera vez que no se presenta a una prueba de evaluación o esta incurriendo en un proceso de continuas ausencia a las pruebas, el alumno debe entregar el justificante en el periodo determinado y realizará una prueba conjunta de los contenidos de la unidad a la cual no se ha presentado junto con los contenidos de la siguiente unidad que sea evaluada por escrito.
4. Si la prueba escrita correspondiera a la última unidad evaluada en el curso o evaluación, sólo entonces se le hará una prueba única de dicha unidad de forma individualizada.

Los instrumentos de evaluación empleados varían de un descriptor a otro, siendo variables y diversos lo que quiere decir que un mismo descriptor puede ser valorado por diferentes instrumentos dependiendo de las características del alumno, del grupo de clase o enfoque de la materia. Todo ello no puede definirse previamente de forma concisa hasta que no se llega al momento de la evaluación o el desarrollo de las clases.

La flexibilidad de los instrumentos nos permite adecuarnos a las características individuales y grupales del alumnado mejorando la calidad del proceso de enseñanza aprendizaje. De esta forma no nos obliga a ejercitar determinados instrumentos que a priori sabemos que no van a ser eficaces ni resolutivos, debido a que en la programación anual son factibles pero en el momento del aula no lo son.

El empleo de procedimientos fraudulentos a la hora de realizar un examen (copiar, pasar o recibir información por cualquier medio, tener apuntes o chuletas en cualquier soporte, etc.) llevará aparejada la anulación completa del examen y, por tanto, la calificación de cero en el mismo.

Las calificaciones que se darán en la evaluación ordinaria y extraordinaria serán el resultado de



redondear estas notas al entero más cercano: hacia abajo si el primer decimal está comprendido entre 0 y 4, y hacia arriba si el primer decimal está comprendido entre 5 y 9.

Al ser la Educación Física una materia principalmente práctica, con entornos y relaciones socioafectivas cambiantes, se deberán respetar unas normas básicas de comportamiento para que se produzca el correcto desarrollo de las sesiones. El cumplimiento de las normas básicas establecidas por el departamento para el correcto desarrollo de las sesiones aportará al alumno 2 puntos sobre 10 en cada criterio de evaluación. Pudiendo restar de esos 2 puntos las siguientes puntuaciones en base a la aparición de las siguientes conductas disruptivas:

FALTAS MUY GRAVES: (1,2 puntos)

1. Utilizar la instalación sin la presencia del profesor responsable.
2. No responsabilizarse del material, debiendo respetarlo y reponerlo si se estropea por el mal uso o uso negligente.
3. No dejar el material ordenado en el lugar habilitado para su almacenamiento.
4. Falta de respeto hacia el profesor o los compañeros.
5. Utilizar móviles u otros aparatos tecnológicos actuales (consolas...) sin la autorización del profesor.

FALTAS GRAVES: (0,6 puntos)

6. Faltas de asistencia injustificadas.
7. No participar en las diferentes actividades realizadas sin un motivo aparente.
8. Usar la instalación sin el material deportivo adecuado. En caso de no traer el material deportivo se realizará un trabajo escrito (relacionado con la U.D. en práctica, con hábitos de vida saludable y



con las normas de convivencia) durante la duración de la sesión, reduciéndose la infracción de este apartado a la mitad una vez que se entrega el mismo, debiendo obtener un mínimo de 5 en la calificación.

9. Comer (bocadillos, caramelos, chicles, etc.), beber o fumar en esta instalación.
10. No estar preparado para comenzar la clase en el momento acordado y abandonar esta antes de que lo indique el profesor.
11. Hasta que el profesor no lo indique, no podemos realizar actividades físico-deportivas (carreras, subir a las espalderas, etc.).
12. Cuando el profesor explica, debemos guardar silencio y no interrumpir, al igual que cuando intervenga un compañero.
13. La falta de cooperación y tolerancia con los demás.

FALTAS LEVES: (0,3 puntos)

14. Falta de puntualidad.
15. Las graves pero consideradas sin intención de interrumpir el desarrollo normal de la clase.

NOTA: Cualquier otra falta de comportamiento o convivencia que no esté en este escrito, pero que así se considere, será motivo de actuación por parte del profesorado, ubicándose la misma dentro de uno de los niveles de gravedad, para intentar modificar esa conducta inapropiada.

## **7.5. RECUPERACIÓN DEL PROCESO DE APRENDIZAJE.**

Si el progreso de un alumno o alumna no es el adecuado, el profesorado adoptará las oportunas medidas de inclusión educativas, incluyendo las de refuerzo, en cualquier momento del curso, tan pronto como se detecten las dificultades, con especial seguimiento del alumnado con necesidades educativas especiales. Dichas medidas estarán destinadas a garantizar la adquisición del nivel competencial necesario para continuar el proceso educativo, utilizando los apoyos que se precisen.

Una vez analizados los resultados tanto de la primera como de la segunda evaluación, el profesorado establecerá medidas de recuperación para aquellos alumnos y alumnas que lo precisen, en el marco de la



evaluación continua, dirigidas a garantizar la adquisición del nivel competencial necesario para continuar con éxito el proceso educativo y finalizar el curso en las condiciones idóneas.

Para la recuperación de dichas evaluaciones parciales el alumno deberá seguir las orientaciones del profesor en el correspondiente plan de recuperación. Se basará en los aprendizajes descritos en el criterio o en los criterios de evaluación no superados, así como de las competencias vinculadas a estos criterios.

En el desarrollo de las situaciones de aprendizaje, si se trabajan determinados aprendizajes de los criterios de evaluación en más de una situación de aprendizaje, se le dará la oportunidad al alumnado de adquirir reforzar estos aprendizajes.

El alumno recuperará la evaluación parcial si supera los criterios de evaluación no adquiridos en ese trimestre. En este proceso la evaluación tiene carácter sumativo.

Los resultados de las recuperaciones serán registrados en el sistema de gestión educativa y, por tanto, notificados a las familias.

## **7.6. EVALUACIÓN ORDINARIA.**

La evaluación ordinaria y, en su caso, la extraordinaria, aporta datos relevantes sobre la consecución de los objetivos y el grado de adquisición de las competencias clave, establecidos para la etapa, así como sobre el proceso de enseñanza y la práctica docente.

La evaluación ordinaria contemplará las valoraciones realizadas a lo largo de todo el curso, manteniendo el carácter de la evaluación continua, que será de aplicación hasta el último día del curso escolar.

La evaluación ordinaria tendrá como referentes el grado de logro de los objetivos y de adquisición de las competencias correspondientes, que serán determinados a partir de los criterios de evaluación de la materia.

En la evaluación ordinaria el profesorado tendrá en consideración todas las evidencias que haya obtenido de cada alumno o alumna, con respecto a cada criterio de evaluación, a lo largo de todo el curso, y tomará las decisiones correspondientes.

Las evidencias se valorarán del siguiente modo:

- Criterios de evaluación vinculados a la competencia específica 1: 30%
- Criterios de evaluación vinculados a la competencia específica 2: 28%
- Criterios de evaluación vinculados a la competencia específica 3: 18%



- Criterios de evaluación vinculados a la competencia específica 4: 12%
- Criterios de evaluación vinculados a la competencia específica 5: 12%

Para aprobar la materia el alumnado deberá obtener al menos un 5 en la calificación final.

## **7.7. EVALUACIÓN EXTRAORDINARIA.**

La evaluación extraordinaria tendrá como referentes el grado de logro de los objetivos y de adquisición de las competencias correspondientes, que serán determinados a partir de los criterios de evaluación de cada materia.

La prueba extraordinaria forma parte del proceso de evaluación continua. Al alumnado que no supere la asignatura en la evaluación ordinaria, se le enviará por EducamosCLM el correspondiente plan de recuperación elaborado al concluir la evaluación ordinaria.

Este plan de recuperación tendrá en cuenta las competencias específicas y criterios de evaluación no adquiridos durante el proceso de evaluación continua.

La prueba extraordinaria deberá estar en consonancia con los modelos de evaluación y calificación seguidos durante el curso.

La calificación de la prueba extraordinaria será la suma de la calificación de los

- Criterios de evaluación vinculados a la competencia específica 1: 30%
- Criterios de evaluación vinculados a la competencia específica 2: 28%
- Criterios de evaluación vinculados a la competencia específica 3: 18%
- Criterios de evaluación vinculados a la competencia específica 4: 12%
- Criterios de evaluación vinculados a la competencia específica 5: 12%

Para aprobar el alumno o alumna deben obtener, al menos, el 50% de la calificación total.

## **7.8. GRADO DE ADQUISICIÓN DE LOS DESCRIPTORES OPERATIVOS DE LAS COMPETENCIAS CLAVE.**

Se debe tener en cuenta que en cada materia se tiene que determinar el nivel competencial del alumno, es decir, el grado de adquisición de cada competencia clave. Para ello habrá que asociar la calificación lograda en cada competencia específica o cada criterio de evaluación con el peso correspondiente a cada descriptor operativo con el que se relaciona la competencia específica (apartado 4.5 de esta Programación).



El profesorado podrá utilizar la hoja de cálculo elaborada por el Inspector de Educación de Albacete D. Fausto Díaz de Prado o cualquier otro instrumento.

El nivel competencial será el siguiente:

RÚBRICA DEL NIVEL COMPETENCIAL	NIVEL
No ha adquirido el nivel básico de la competencia clave	0-1
Está en proceso de adquirir el nivel básico de la competencia clave	1-2
Ha adquirido un nivel básico de la competencia clave	2-3
Ha adquirido un nivel medio de la competencia clave	3-4
Ha adquirido un nivel avanzado de la competencia clave	4-5

La rúbrica se podrá modificar una vez que sepamos cómo hay que introducir las calificaciones en Delphos.

## **7.9. EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA Y DE LA PRÁCTICA DOCENTE.**

El profesorado evaluará tanto los aprendizajes del alumnado como los procesos de enseñanza y su propia práctica docente, con la finalidad de mejorarlos y adecuarlos a las características propias del curso, en los términos que establece esta orden.

Los departamentos didácticos propondrán y elaborarán herramientas de evaluación que faciliten la labor individual y colectiva del profesorado, incluyendo estrategias para la autoevaluación y la coevaluación del alumnado.

El profesorado tendrá en cuenta la valoración de los resultados obtenidos en el proceso de evaluación continua del alumnado como uno de los indicadores para el análisis.

La evaluación del proceso de enseñanza y aprendizaje tendrá en cuenta, al menos, los siguientes aspectos:

- El análisis de los resultados obtenidos en cada una de las materias y la reflexión sobre ellos.
- La adecuación de los distintos elementos curriculares de las programaciones didácticas elaboradas por los departamentos.



- c) Las medidas organizativas de aula, el aprovechamiento y adecuación de los recursos y materiales curriculares, el ambiente escolar y las interacciones personales.
- d) La coordinación entre los docentes y profesionales que trabajen no solo en un mismo grupo, sino también en el mismo nivel.
- e) La utilización de métodos pedagógicos adecuados y la propuesta de actividades, tareas o situaciones de aprendizaje coherentes.
- f) La idoneidad de la distribución de espacios y tiempos.
- g) El uso adecuado de procedimientos, estrategias e instrumentos de evaluación variados.
- h) Las medidas de inclusión educativa adoptadas para dar respuesta al alumnado.
- i) La utilización del Diseño Universal para el Aprendizaje tanto en los procesos de enseñanza y aprendizaje como en la evaluación.
- j) La comunicación y coordinación mantenida con las familias, además de su participación.

El resultado de la evaluación de este proceso aportará información relevante para plantear la revisión y modificación, si fuese necesario, de las programaciones didácticas y los planes de refuerzo.

A continuación se establecen unas tablas para la autoevaluación docente y la evaluación entre docentes:

Para realizar la **autoevaluación docente** se establecen los siguientes niveles de logro:

1= Nada, 2 = Poco, 3=Bastante, 4= Mucho

Para realizar esta autoevaluación se cumplimentará la siguiente planilla:

CUESTIONES	Valoración		
	1ª ev	2ª ev	final
A.- Programación			
<b>Doy a conocer a principio de curso una síntesis de la programación.</b>			
<b>Desarrollo la programación siguiendo una planificación.</b>			
<b>Los contenidos programados me han permitido desarrollar las competencias clave.</b>			



<b>B.- Metodología, materiales, recursos, espacios y tiempos</b>			
<b>Utilizo nuevos recursos tecnológicos y audiovisuales.</b>			
<b>Uso artículos y/o materiales de elaboración propia.</b>			
<b>Utilizo formas de presentación diversas: orales, escritas, visuales,...</b>			
<b>Utilizo el refuerzo positivo como método motivador.</b>			
<b>La metodología que utilizo fomenta los aprendizajes cooperativos.</b>			
<b>Utilizo recursos variados y suficientes para atender la diversidad del alumnado.</b>			
<b>La distribución de las tareas en el tiempo de clase es la más adecuada.</b>			
<b>Rentabilizamos el uso de espacios de los que disponemos.</b>			
<b>C. – Evaluación</b>			
<b>Las pruebas se ajustan a lo trabajado en clase.</b>			
<b>Utilizo diferentes instrumentos de evaluación.</b>			
<b>El alumnado ha utilizado la autoevaluación y coevaluación.</b>			
<b>Las estrategias y los instrumentos de evaluación me permiten valorar si el alumnado ha alcanzado las competencias clave.</b>			
<b>La corrección de actividades, pruebas y exámenes permite a los alumnos obtener información sobre su proceso de aprendizaje.</b>			
<b>Los criterios de calificación me permiten valorar todos los aspectos del aprendizaje del alumnado.</b>			
<b>Los profesores que impartimos clase al mismo nivel hemos homogeneizado criterios y realizado una prueba de calibración.</b>			
<b>He permitido que me evalúe el alumnado.</b>			

La coevaluación se realizará con los indicadores de logro que exponemos a continuación cumplimentando el siguiente cuestionario:

1= Nada, 2 = Poco, 3=Bastante, 4= Mucho

1. Elaboración de la Programación didáctica



1. Adapta los objetivos a las características del alumnado, a las competencias básicas que debe alcanzar y al entorno del centro docente	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

2. Distribuye adecuadamente los contenidos mediante secuencias a lo largo del curso	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

3. Prevé el tratamiento de contenidos acordes con el PE, relacionados con la salud, convivencia, interculturalidad, cuidado del medio ambiente...	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

4. Establece los criterios de evaluación y calificación coherentes con los objetivos y contenidos previstos	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

5. Define aspectos básicos de la metodología para orientar el trabajo en el aula	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

6. Diseña estrategias para dar una respuesta adecuada a la diversidad	
---	--



ACTUACIONES	VALORACIÓN

2. Desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje

1. El docente hace una presentación del tema para motivar al alumnado hacia el estudio de los contenidos propuestos y utiliza estrategias para descubrir sus conocimientos previos.

ACTUACIONES	VALORACIÓN

2. Utiliza un discurso en el aula para desarrollar el proceso de enseñanza y aprendizaje que estimula y mantiene el interés del alumnado hacia el tema objeto de estudio

ACTUACIONES	VALORACIÓN

3. El alumno participa en las actividades que se realizan en el aula, aportando sus opiniones, formulando preguntas...

ACTUACIONES	VALORACIÓN

4. El alumnado utiliza procedimientos para buscar y analizar la información

ACTUACIONES	VALORACIÓN

5. El alumnado utiliza procedimientos para revisar y consolidar lo aprendido, y lo contrasta con los demás



ACTUACIONES	VALORACIÓN

6. El alumnado realiza actividades de recuperación y refuerzo, de enriquecimiento y ampliación	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

7. El alumnado trabaja en agrupamientos diversos para acometer actividades de distintos tipos: trabajo individual, en grupo, cooperativo, de investigación...	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

8. El alumnado utiliza además del libro de texto, otros materiales didácticos para sus aprendizajes (libros de consulta, prensa, TIC...)	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

3. La evaluación del alumnado

1. Realiza la evaluación inicial para obtener información sobre los conocimientos, destrezas y actitudes del alumnado, la evaluación del progreso de los aprendizajes a lo largo de la unidad didáctica y la evaluación final de los mismos	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

2. Utiliza instrumentos variados para evaluar los distintos aprendizajes, coherentes con los criterios de evaluación definidos en la programación y con las competencias que el alumno debe alcanzar	
--	--



ACTUACIONES	VALORACIÓN

3. Registra las observaciones realizadas en las distintas etapas del proceso de evaluación (corrección de trabajos, resultados de pruebas, dificultades y logros del alumndo, actitudes ante el aprendizaje...)

ACTUACIONES	VALORACIÓN

4. Favorece el desarrollo de estrategias de autoevaluación y coevaluación en el alumnado para analizar sus propios aprendizajes

ACTUACIONES	VALORACIÓN

4. Evaluación del proceso de enseñanza

1. Evalúa y registra el seguimiento de su propia actuación en el desarrollo de las clases (diario de clase, cuaderno de notas o registro de observación...)

ACTUACIONES	VALORACIÓN

2. Realiza una coevaluación de su propia actuación como docente

ACTUACIONES	VALORACIÓN

**8.- MEDIOS DE INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN CON EL ALUMNADO Y CON LAS FAMILIAS.**



El medio preferente de información y comunicación con alumnado y familias será el módulo de “Seguimiento educativo” de la plataforma EDUCAMOSCLM.

La información y la comunicación se harán enviando el correspondiente mensaje por el módulo de “Comunicación”, de manera que quede registrado. Además, se puede comprobar su lectura.

También se utilizará para informar a las familias trimestralmente, tanto de la calificación de la evaluación (que aparece en el Informe de evaluación) como, en su caso, de los resultados de la recuperación de una evaluación pendiente, así como para enviar los planes de recuperación y, en su caso, otros informes.

En casos urgentes se utilizará el teléfono del centro y, cuando proceda, carta certificada con acuse de recibo.

Los procedimientos de evaluación y los criterios de evaluación y de calificación se harán públicos, para conocimiento de las familias y del propio alumnado, de la forma que decida el centro. No obstante, al alumnado se le informará en clase y a través del aula virtual de la asignatura.

También se informará verbalmente al alumnado en clase de las cuestiones precisas para su proceso de enseñanza-aprendizaje y, del mismo modo, el profesor se entrevistará con las familias cuando proceda.

## 9. PLAN DE LECTURA.

El Plan de Lectura de Centro ha de ordenar y articular el tratamiento de la lectura en el centro educativo, a partir de un conjunto de medidas curriculares y organizativas dirigidas a potenciar y desarrollar en el alumnado, de infantil a bachillerato, la competencia lectora y consolidar hábitos de lectura para favorecer su desarrollo individual y colectivo.

Todos los docentes, de todas las etapas educativas, lo son de lectura y su participación e implicación asegura la integración del currículo en el plan de lectura y la incorporación de cualquier saber básico sea cual sea el área o la materia. Es responsabilidad de todo el profesorado la inclusión de los objetivos y contenidos del plan de lectura en sus programaciones de aula para asegurar la mejora de la competencia lectora, el hábito lector y el placer de leer.

La lectura se trabaja en todas las competencias específicas de Educación Física mediante la elaboración de trabajos y comprensión de apuntes y textos relacionados con los saberes básicos.

Relación de las situaciones de aprendizaje de Educación Física con el Plan de Lectura del IES Parque Lineal.

### 1. OBJETIVOS Y ACTUACIONES.

Bloque de contenidos	Objetivos	Actividades	Temporalización/ Responsables	Recursos
<b>Aprender a leer</b>	Utilizar la lectura comprensiva como herramienta para mejorar el conocimiento. Mejorar la fluidez del alumno al leer en voz alta.	Leer en clase textos especializados para trabajar la comprensión lectora.  Practicar la lectura individual y en voz alta, en gran y pequeño grupo.	Los tres trimestres con una duración total de 4 sesiones por trimestre. Profesorado.	Apuntes del profesorado y trabajos del alumnado / Biblioteca escolar
<b>Leer para aprender</b>	Mejorar la adquisición de información a través de la lectura. Adquirir habilidad para recopilar, seleccionar e interpretar datos a través de la lectura.	Leer en clase textos en formatos diferentes de forma cooperativa. Interpretar, exponer y reflexionar sobre los documentos trabajados.	Último trimestre / Profesorado.	Hojas de registro/ biblioteca escolar.
<b>El placer de leer</b>	Fomentar el hábito y el gusto por la lectura de forma cada vez más autónoma.	Recomendación de lecturas al alumnado por parte del profesorado y del propio alumnado.	Segundo trimestre / Profesorado.	TIC. Personales. Recursos propios del centro y de las bibliotecas.
<b>El lenguaje oral</b>	Mejorar la capacidad de hablar y expresarse en público. Producir textos orales planificados dirigidos a iguales.	Exposiciones orales de trabajos previamente escritos (o PPT).	Tercer trimestre / Profesorado.	Hojas de registro realización de debates/ exposiciones orales, etc.

También proponemos dentro de la actividad de centro relacionada con la performance interdepartamental (Música, Artes Plásticas, Orientación, etc.). Esta actividad consiste en buscar información y realizar una lectura comprensiva sobre el siguiente tema propuesto.

10. Las actividades complementarias se adjuntan en el documento común de ESO y Bachillerato.

**11. SITUACIONES DE APRENDIZAJE**

Ya hemos presentado *supra* la secuenciación y distribución por trimestres de los saberes básicos y en la tabla del apartado 4.5 ofrecemos la relación entre competencias específicas, descriptores operativos, criterios de evaluación saberes básicos e instrumentos de evaluación.

En este apartado hacemos la distribución temporal de las Situaciones de aprendizaje del curso, teniendo en cuenta el número de horas lectivas del calendario de localidad del curso actual y nuestro calendario de evaluaciones: Primera evaluación: 23 sesiones. Segunda evaluación: 22 sesiones. Tercera evaluación: 19 sesiones. Junio: 6 sesiones. Total: 70 sesiones lectivas.

**1º BACHILLERATO**

NÚMERO DE SESIONES		SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN DE LAS SITUACIONES DE APRENDIZAJE									
1a evaluación. 21	10	CFYS	CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD AUTOENTRENAMIENTO								
	8	ADAP FLOR	DEPORTE ADAPTADO GOALBALL, VOLEY BALONCESTO SILLA DE RUEDAS FLOORBALL								
2a evaluación. 24	8	JUD	COMBA Individual/colectiva y coreos								
	8	BL	BAILES LATINOS (CHACHACHA, MERENGUE, BACHATA)								
	2	AUX	PRIMEROS AUXILIOS								
Evaluación final. 26	3	ALT	DEPORTES ALTERNATIVOS RECOPIACIÓN AÑOS ANTERIORES								
	7	ALT	DEPORTES RAQUETA Y PALAS PICKLEBALL Y BÁDMINTON								
	10	ACR	OLIMPIADAS DEPORTIVAS POPURRI DEPORTIVO								
		DA	Desplazamientos activos								
ATEMPORALES		CyVC	CALENTAMIENTO Y VUELTA A LA CALMA								
		OSyPA	OCIO SALUDABLE Y PRIMEROS AUXILIOS								

## 12. LAS ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRACURRICULARES

Incluidas en la programación de la ESO.