

**PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA
MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA
1º, 2º, 3º y 4º E.S.O.**

**O
B
J
E
T
I
V
O
S**

**C
O
N
T
E
N
I
D
O
S**

**E
V
A
L
U
A
C
I
Ó
N**

**U
N
I
D
A
D
E
S

D
I
D**

**M
E
T
O
D
O
L
O
G
Í
A**

**D
I
V
E
R
S
I
D
A
D**

COMPETENCIAS BÁSICAS

**I.E.S. “Francisco Javier de Uriarte “
EL PUERTO DE SANTA MARIA
CURSO 2012-2013**

ÍNDICE

JUSTIFICACIÓN y CONTEXTO.....
I. OBJETIVOS.....
A. Los objetivos de Materia y su relación con los de Etapa.....
B. Objetivos de cada curso.....
II. CONTENIDOS.....
A. Estructuración y organización de los contenidos.....
B. Concreción de contenidos por bloques temáticos.....
C. Tratamiento de la transversalidad y la cultura andaluza.....
III. CRITERIOS DE EVALUACIÓN y calificación.....
D. Criterios de evaluación 1º, 2º, 3º y 4º de E.S.O.....
E. Procedimientos de evaluación. Técnicas e instrumentos.....
F. Recuperación de pendientes.....
IV. METODOLOGÍA.....
G. Orientaciones metodológicas.....
H. Estilos, Métodos y Estrategias de Enseñanza.....
I. Actividades.....
1. Actividades de aprendizaje, de enseñanza y Extraescolares-complementarias.....
D. Aspectos organizativos: Organización de aula.....
E. Recursos materiales y didácticos.....
V. ATENCIÓN AL ALUMNADO CON NEC. EDUCATIVAS ESPECÍFICAS.....
A. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.....
VI. ACTIVIDADES EN LAS QUE EL ALUMNADO DEBERÁ LEER, ESCRIBIR Y EXPRESARSE DE FORMA ORAL.....
VII. Contribución al desarrollo de las COMPETENCIAS BÁSICAS.....
VIII. TRABAJOS MONOGRÁFICOS INTERDISCIPLINARES.....
IX. BIBLIOGRAFÍA.....
J. De departamento.....
K. De aula.....

ANEXO I. RECUPERACIÓN DE ASIGNATURAS PENDIENTES.

ANEXO II. CRITERIOS DE EVALUACIÓN.

ANEXO III. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.

JUSTIFICACIÓN

Una parte importante del trabajo del profesor/a recae en la toma de decisiones en torno a las cuales se configuran el plan de actuación.

La programación de los procesos de Enseñanza-Aprendizaje (E-A) ocupa un lugar relevante en el conjunto de las tareas docentes. La programación es un instrumento fundamental que **ayuda y orienta al profesorado en el desarrollo del proceso de E-A**. El fin último de la programación es **evitar la improvisación** de las tareas docentes.

Muchos autores, como por ejemplo *Shavelson y Stern (1981)*, *Del Carmen (1993)* y *Analía Rosales (2002)*, coinciden en describir una fase previa a la enseñanza; **enseñanza preactiva**, caracterizada por la preparación o planificación de lo que después se llevará a cabo en el aula.

La planificación permite así **tomar conciencia de la intencionalidad** que preside la intervención, **prever las condiciones más adecuadas** para alcanzar los objetivos propuestos y disponer de criterios **para regular todo el proceso**. De esta manera **planificar es una ayuda para poner en práctica una enseñanza de calidad**.

La planificación aporta **una serie de beneficios** al proceso de Enseñanza-Aprendizaje, entre otros:

- Permite tomar decisiones reflexionadas y fundamentales, lo cual nos ayuda a clarificar el sentido de lo que enseñamos y de los aprendizajes que pretendemos potenciar.
- Permite detectar las posibles dificultades de cada escolar y orienta la ayuda que deberá proporcionarse.
- Prepara y prevé los recursos necesarios y conduce a la organización del tiempo y el espacio, etc.

A la hora de elaborarla he tenido en cuenta **dos aspectos**:

1. Rasgos característicos:

- ✓ La *selección y la estructuración* de los aspectos que la componen.
- ✓ La *flexibilidad* en su concepción.
- ✓ El sentido de *investigación*.

2. Currículo para la Educación Secundaria, establecido por:

- *REAL DECRETO 1631/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas correspondientes a la Educación Secundaria Obligatoria.*
- *DECRETO 231/2007, de 31 de julio, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas correspondientes a la educación secundaria obligatoria en Andalucía.*
- *ORDEN de 10 de agosto de 2007, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria en Andalucía.*

Antes de programar, es necesario que **el departamento didáctico** realice las siguientes actividades:

- **Hacer un diagnóstico** de los alumnos, conocer sus capacidades, actitudes e intereses, su estado físico, destrezas, etc.
- **Hacer un estudio del medio** en que se desenvuelven: físico, económico, familiar, social....
- **Examinar las posibilidades del centro**: instalaciones, material, profesorado...
- **Tener en cuenta las decisiones tomadas en el PCC y MEMORIA FINAL DE CURSO**

Aspecto que **no tengo en cuenta en mi Programación** por carecer de Centro. Es por este motivo por el que tomo como referencia el *Currículo establecido*

CONTEXTUALIZACIÓN/CARACTERIZACIÓN DEL CENTRO

Debido a que toda *planificación y actuación educativa* va a estar condicionada por la *realidad en la que se encuentra*, a la hora de realizar **nuestra Programación** he tenido en cuenta dicha realidad, en aspectos tales como: **características de la zona/entorno en el que se encuentra ubicado el Centro, las características propias del Centro y las de mis alumnos/as, basándome sus aspectos psicoevolutivos**. Siendo **mi punto de partida** y, consiguiendo una **fundamentación objetiva** de la Programación.

Con estas breves palabras, pretendemos responder a la necesidad de incorporar el CONTEXTO/CARACTERÍSTICAS del centro como un apartado más dentro de la Programación, a pesar de que la convocatoria no lo exija.

También nos gustaría puntualizar, que **haremos un especial hincapié en los aspectos referidos al desarrollo evolutivo de los alumnos/as a los/as que va dirigida esta Programación.**

1. Características del centro

El Centro se llama **“IES (Instituto de Educación Secundaria) Francisco Javier de Uriarte”**; es de titularidad pública perteneciendo a la Junta de Andalucía.

El Centro abarca las siguientes clases: **3** grupos de *1º de E.S.O.*, **3** grupos de *2º de E.S.O.*, **3** grupos de *3º de E.S.O.* y **3** grupos de *4º de E.S.O.*

El equipo de profesores del centro está compuesto por **28 profesores**, de los cuales 2 conforma el Departamento de Educación Física.

Las instalaciones con las que cuenta el centro (a parte de las aulas) son: 1 pista de baloncesto, 1 pista de fútbol sala, alrededor de estas pistas hay un amplio espacio, 1 gimnasio cubierto; junto a estas instalaciones, también cuenta el departamento de E.F. con un equipamiento que está recogido en el Inventario (este inventario recoge tanto el material del que dispone el centro, como del estado del mismo para llevar así un mejor control del mismo a la hora del mantenimiento y/o reposición).

Respecto al entorno del Centro, éste se encuentra ubicado a las afueras de la población (El Puerto de Santa María, Cádiz), junto a la base naval de Rota. Esta situación dificulta el aprovechamiento del entorno, ya que algunas instalaciones que posee el pueblo y que podrían ser utilizadas desde el área de E.F. quedan “lejanas”, necesitándose siempre el uso de un transporte escolar para acceder a ellas.

2. Características psicoevolutivas de los alumnos/as del centro.

El Centro comprende solo las edades entre 12 y 16 años (de 1º a 4º de ESO); estas edades son unas edades difíciles, ya que se están produciendo muchos cambios físico-psíquicos en los alumnos y alumnas; y si a esto le añadimos que estos cambios van a ritmos diferentes en cada persona, y de forma más global, en chicos y chicas, podemos hacernos una idea de la gran diversidad de capacidades y niveles que nos podemos encontrar en clase.

El objetivo de trabajo del docente en E.F. es la reflexión e intervención sobre el comportamiento humano en situaciones educativas, potenciando la optimización de las capacidades de las personas, grupos e instituciones, gracias a las características de nuestra área. Desde el área de Educación Física se debe de actuar interviniendo en el ámbito escolar optimizando, previniendo, desarrollando o promoviendo alternativas que declinen en un bienestar social en general y en un desarrollo madurativo e integral del individuo en particular.

La intervención óptima en esta etapa sobre diversas áreas de desarrollo también es necesaria debido a que la pubertad y la adolescencia son etapas de crisis vital, con sus constantes vaivenes; nos encontramos ante una etapa en la que acontecen cambios físicos y psíquicos, se trata de un periodo en que el sujeto busca su propia identidad y para ello se va alejando del ambiente y la influencia familiar para acercarse al grupo de iguales, con quien se identificará, por ello, debemos desarrollar estrategias de aprendizaje autónomo que les capaciten para aprender de un modo eficaz y autónomo, a construir un autoconcepto, autoestima y autocontrol positivos.

Desde el desarrollo motor, podemos apreciar la gran diversidad que nos encontramos debido a diferentes causas como son:

- *Heterogeneidad genética* (talla, peso... morfología corporal)
- *Heterogeneidad madurativa* (diferentes estadios madurativos)
- *Diversidad en practica físico-deportiva extraescolar* (base motriz dispar)
- *Factores socio-culturales diversos* (económicos, familiares, ...)

Sus capacidades motrices están en pleno crecimiento (excepto la flexibilidad, la cual requiere un trabajo continuo para evitar la rápida regresión) debido a los cambios en su desarrollo; mientras que las capacidades coordinativas sufren una pérdida de eficacia y eficiencia debido a los cambios corporales, necesitándose un trabajo desde nuestra área de reajuste a la nueva imagen corporal.

Desde la *Educación Física*, debemos de favorecer:

- Tomar conciencia de su corporalidad (mejora de la imagen corporal)

- Adquisición de hábitos saludables y práctica de actividad física como mejora de la salud y calidad de vida
- Respeto y aceptación hacia la diversidad (independientemente de la índole de la misma), utilizando como medio la socialización y cooperación con los demás.
- Conocimiento de sus capacidades físicas y motrices, aceptando y comprendiendo su relación con el nivel de desarrollo.
- El respeto, la comprensión y el trabajo coeducativo.

Estos son pilares básicos que se proponen tomando como base estas características psicomotrices, aunque puede haber muchos otros, y de éstos propuestos se pueden vincular muchos otros.

3. Coordinaciones con los PROYECTOS Y PLANES Educativos del IES y la Comunidad.

A nivel de proyectos y Planes Educativos del Centro, este IES cuenta con la aprobación y puesta en marcha de los siguientes proyectos y Planes:

- **Proyecto de Coeducación.**
- **Proyecto de salud laboral y autoprotección.**
- **Proyecto lector.**
- **Proyecto T.I.C.**
- **Proyecto escuela espacio de paz.**
- **PROGRAMA DE ESCUELAS DEPORTIVAS**

I. LOS OBJETIVOS

Los **objetivos**, tal y como se conciben en nuestro Sistema Educativo, marcan el *carácter intencional* de mi tarea educativa. Los expresaré en términos de **capacidades**, y gracias a ellos *desarrollaré las potencialidades que pretendemos conseguir con nuestros alumnos/as, en este curso*, fruto del proceso de enseñanza aprendizaje. **Además**, gracias a los **objetivos**, conseguiré que nuestros alumnos/as **se realicen como personas** y puedan integrarse en sociedad y será nuestro **punto de referencia, nuestra orientación y nuestra guía** en la **planificación de la tarea educativa**, y por tanto, de su **puesta en práctica**.

Debido al **carácter procesual de la tarea educativa**, los Objetivos se plantean en diferentes **niveles de concreción**. Según el Currículo establecido, con carácter vinculante, nos encontramos con:

. Los objetivos para la **Etapa (obj. Generales)**, *dados por el Art. 3 del R.D. 1631/2006, y ampliados para Andalucía por el Art. 4 del D. 231/2007.*

. Los objetivos para la **Materia (obj. Específicos)**, *dados por Anexo II del R.D. 1631/2006 y concretados para Andalucía, de manera orientativa, por el Art. 2 de la O. 10-08-2007, donde se dice que el Centro hará constar el tratamiento de la realidad andaluza en ellos.*

- *Y los que se han de elaborar y formular por los Departamentos Didácticos para cada uno de los niveles (cursos) y por Áreas/Materias*

- Los **Objetivos de Etapa** han sido definidos considerando las posibilidades de **desarrollo psicoevolutivo** de los alumnos de las edades correspondientes. **Son el punto de referencia final, las capacidades** marcadas en ellos son las que se espera que los alumnos hayan desarrollado al final de ese tramo educativo, como consecuencia de la intervención educativa realizada, **cumpléndose así las finalidades educativas de la Etapa**.

- Los **Objetivos de Materia**, por su parte, **contextualizan los objetivos de Etapa**, en cuanto que en ellos se plantean **las capacidades concretas** referidas a **los contenidos específicos de cada Materia**. Consecuentemente con lo anterior, **el sentido que tienen los Objetivos de Materia** es el de **contribuir a que se desarrollen los de la Etapa**. De ahí que al plantearse los objetivos de esta Materia se ha de dejar claro la **relación que tiene con los de Etapa**, dejándose ver así **las aportaciones que hace a ella.**; de este modo se explica que una de las decisiones que hay que tomar al elaborar el P.C.C. y que constituye uno de sus componentes sea la de **relacionar los objetivos de Etapa con los de cada Materia**.

A. PASEMOS AHORA A VER, EN LO CONCRETO, ESTA RELACIÓN ENTRE NUESTRA MATERIA Y LA ETAPA A TRAVÉS DE LA SIGUIENTE TABLA:

a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a los demás, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.	OBJ. ETAPA
OBJ. MAT.	8. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades, juegos y deportes, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de habilidad. 9. Practicar y diseñar actividades expresivas con o sin base musical, utilizando el cuerpo como medio de comunicación y expresión creativa. 10. Adoptar una actitud crítica ante el tratamiento del cuerpo, la actividad física y el deporte en el contexto social.
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.	OBJ. ETAPA

OBJ. MAT.	2. Valorar la práctica habitual y sistemática de actividades físicas como medio para mejorar las condiciones de salud y calidad de vida. 3. Realizar tareas dirigidas al incremento de las posibilidades de rendimiento motor, a la mejora de la condición física para la salud y al perfeccionamiento de las funciones de ajuste, dominio y control corporal, adoptando una actitud de autoexigencia en su ejecución. 4. Conocer y consolidar hábitos saludables, técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones producidas en la vida cotidiana y en la práctica físico-deportiva. 5. Planificar actividades que permitan satisfacer las necesidades en relación a las capacidades físicas y habilidades específicas a partir de la valoración del nivel inicial.	
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.		OBJ. ETAPA
OBJ. MAT.	2. <i>Ya expuesto en el objetivo de Etapa (b)</i> 7. Conocer y realizar actividades deportivas y recreativas individuales, colectivas y de adversario, aplicando los fundamentos reglamentarios técnicos y tácticos en situaciones de juego, con progresiva autonomía en su ejecución. 8. y 10. <i>Ya expuestos en el objetivo de Etapa (a)</i>	
d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.		OBJ. ETAPA
OBJ. MAT.	3. Realizar tareas dirigidas al incremento de las posibilidades de rendimiento motor, a la mejora de la condición física para la salud y al perfeccionamiento de las funciones de ajuste, dominio y control corporal, adoptando una actitud de autoexigencia en su ejecución. 8, 9 y 10. <i>Ya expuestos en el objetivo de Etapa (a)</i>	
e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Adquirir una preparación básica en el campo de las tecnologías, especialmente las de la información y la comunicación.		OBJ. ETAPA
OBJ. MAT.	1. Conocer los rasgos que definen una actividad física saludable y los efectos beneficiosos que esta tiene para la salud individual y colectiva. 5. <i>Ya expuesto en el objetivo de Etapa (b)</i> 6. Realizar actividades físico-deportivas en el medio natural que tengan bajo impacto ambiental, contribuyendo a su conservación.	
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		OBJ. ETAPA
OBJ. MAT.	1 y 6. <i>Ya expuestos en el objetivo de Etapa (e)</i> 2., 4 y 5. <i>Ya expuestos en el objetivo de Etapa (b)</i>	
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.		OBJ. ETAPA
OBJ. MAT.	2, 3, 4, 5. <i>Ya expuestos en el objetivo de Etapa (b)</i>	7, 8. <i>Ya expuestos en el objetivo de Etapa (c)</i> 9,10. <i>Ya expuestos en el objetivo de Etapa (a)</i>
j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de los demás, así como el patrimonio artístico y cultural.		OBJ. ETAPA
OBJ. MAT.	6. <i>Ya expuestos en el objetivo de Etapa (e)</i> 7. <i>Ya expuestos en el objetivo de Etapa (c)</i>	9. <i>Ya expuestos en el objetivo de Etapa (a)</i>
k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora		OBJ. ETAPA

OBJ. MAT.	1. <i>Ya expuestos en el objetivo de Etapa (e)</i> 2 y 4. <i>Ya expuestos en el objetivo de Etapa (b)</i> 6. <i>Ya expuesto en el objetivo de Etapa (e)</i>	7. <i>Ya expuesto en el objetivo de Etapa (c)</i> 8, 9, 10. <i>Ya expuestos en el objetivo de Etapa (a)</i>
l) Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación.		OBJ. ETAPA
OBJ. MAT.	9. <i>Ya expuestos en el objetivo de Etapa (a)</i>	
ll) Adquirir habilidades que les permitan desenvolverse con autonomía en el ámbito familiar y doméstico, así como en los grupos sociales con los que se relacionan, participando con actitudes solidarias, tolerantes y libres de prejuicios.		OBJ. ETAPA
OBJ. MAT.	4. <i>Ya expuesto en el objetivo de Etapa (b)</i> 7. <i>Ya expuesto en el objetivo de Etapa (c)</i>	8. <i>Ya expuesto en el objetivo de Etapa (a)</i>
m) Interpretar y producir con propiedad, autonomía y creatividad mensajes que utilicen códigos artísticos, científicos y técnicos.		OBJ. ETAPA
OBJ. MAT.	5. <i>Ya expuesto en el objetivo de Etapa (b)</i> 6. <i>Ya expuesto en el objetivo de Etapa (e)</i>	9. <i>Ya expuestos en el objetivo de Etapa (a)</i>
n) Comprender los principios y valores que rigen el funcionamiento de las sociedades democráticas contemporáneas, especialmente los relativos a los derechos y deberes de la ciudadanía.		OBJ. ETAPA
OBJ. MAT.	7, y 8. <i>Ya expuestos en el objetivo de Etapa (c)</i> 10. <i>Ya expuesto en el objetivo de Etapa (a)</i>	
ñ) Comprender los principios básicos que rigen el funcionamiento del medio físico y natural, valorar las repercusiones que sobre él tienen las actividades humanas y contribuir activamente a la defensa, conservación y mejora del mismo como elemento determinante de la calidad de vida.		OBJ. ETAPA
OBJ. MAT.	6. <i>Ya expuesto en el objetivo de Etapa (e)</i>	
o) Conocer y apreciar las peculiaridades de la modalidad lingüística andaluza en todas sus variedades.		OBJ. ETAPA
OBJ. MAT.	6. <i>Ya expuestos en el objetivo de Etapa (e)</i> 7. <i>Ya expuestos en el objetivo de Etapa (c)</i>	9. <i>Ya expuestos en el objetivo de Etapa (a)</i>

L. DE IGUAL MODO OCURRE CON LOS OBJETIVOS DE CURSO, QUE, POR SU PARTE, CONTEXTUALIZAN A LOS DE MATERIA

B.1. OBJETIVOS DE 1º ESO

1. Conocer y desarrollar hábitos de calentamiento y vuelta a la calma antes y después de cualquier actividad físico-deportiva, así como iniciar en la relajación muscular.
2. Valorar el nivel de condición física personal, y aceptar las capacidades propias, así como las de sus compañeros, sin que produzca ningún tipo de discriminación.
3. Conocer y vivenciar las diferentes capacidades físicas básicas mediante juegos.
4. Iniciar en la práctica y conocimiento de especialidades deportivas mediante juegos pre-deportivos que introduzcan a los alumnos/as en las realidades deportivas, dándoles un primer contacto con terrenos de juego reglamentarios, reglas, implementos, etc...
5. Mejorar en la coordinación general del cuerpo, así como en la coordinación óculo-segmentaria, para un mayor desarrollo motor y mejora de su esquema corporal, mediante la iniciación a los malabares con 1 y 2 bolas.
6. Iniciar en la práctica de algún deporte de equipo (fútbol, balonmano) e individual (atletismo), dando a conocer los aspectos básicos reglamentarios, técnicos y tácticos, así como las características principales de los mismos.

7. Desarrollar la cooperación con los compañeros y el juego en equipo, a través de diferentes actividades físico-deportivas, unificando esfuerzos para la consecución de un fin común.
8. Conocer las medidas básicas de seguridad en la marcha y acampada, reconocer y saber hacer diferentes nudos y iniciarse en el montaje de tiendas.
9. Mejorar en los aspectos cuantitativos y cualitativos del movimiento, así como el desarrollo de actitudes de cooperación y colaboración, mediante la iniciación a la formación de pirámides humanas sencillas.
10. Vivenciar diferentes juegos populares, para el conocimiento de las costumbres pasadas, así como para el desarrollo de aspectos cuantitativos y cualitativos del movimiento.
11. Iniciar en los aspectos de percepción y golpeo a través de diferentes actividades y deportes con implementos (palas, beisbol, ...)
12. Desarrollar actitudes de respeto y conocimiento de los compañeros a través de dinámicas de expresión corporal y dinámicas de grupo

B.2. OBJETIVOS DE 2º ESO

1. Conocer los fundamentos del calentamiento, así como ser capaces de reconocer cada una de las partes del calentamiento general, conociendo los efectos del mismo, así como sus beneficios.
2. Iniciar en la práctica de deportes en equipo, a través de juegos de cooperación, y acercándose a los elementos básicos técnicos, tácticos y reglamentarios de algunas especialidades deportivas. (Baloncesto, hockey y voleibol: iniciación)
3. Valorar el nivel de condición física personal, y aceptar las capacidades propias, así como las de sus compañeros, sin que produzca ningún tipo de discriminación.
4. Vivenciar situaciones lúdicas que permitan diferenciar la fuerza, resistencia aeróbica y flexibilidad.
5. Mejorar en los aspectos cuantitativos y cualitativos del movimiento, así como el desarrollo de actitudes de cooperación y colaboración, mediante la iniciación a la formación de pirámides humanas sencillas.
6. Incitar en el reconocimiento del esquema corporal, así como de sus posibilidades expresivas, a través de juegos y ejercicios de dramatización, desarrollando la desinhibición entre compañeros.
7. Practicar e iniciar en los saltos de comba individuales, para mejorar la coordinación general del cuerpo.
8. Iniciar a los alumnos en conceptos y aspectos básicos de la orientación, reconociendo señales y familiarizándolos con la lectura de planos y mapas.
9. Desarrollar el ritmo y la expresión corporal a través de danzas sencillas del mundo, consiguiendo así la desinhibición del alumno/a frente a sus compañeros
10. Fomentar la práctica físico-deportiva, a través de una dinámica de juegos y deportes elegidos en base a sus preferencias, usando la competitividad como fuente de motivación, respeto y adecuación a un reglamento establecido.

B.3. OBJETIVOS DE 3º E.S.O.

1. Valorar el nivel de condición física personal, y aceptar las capacidades propias, así como las de sus compañeros, sin que produzca ningún tipo de discriminación.
2. Vivenciar los diferentes tipos de resistencia, fuerza y flexibilidad, así como los métodos para su desarrollo, haciéndoles conscientes de lo importante que es la adquisición de unos ciertos hábitos y continuidad en la actividad física.

3. Introducir a los alumnos en el conocimiento de un deporte poco conocido como el balonmano, técnica, táctica y aspectos reglamentarios básicos
4. Conseguir mediante la practica deportiva el respeto a las normas y la participación y trabajo en equipo, como valores extrapolables a otros campos de la vida cotidiana
5. Vivenciar otros deportes y actividades físico-deportivas menos conocidas, y, mediante ellas, desarrollar aspectos motores, convivenciales y valores morales en el alumno.
6. Dar a conocer la cultura andaluza a través del aprendizaje de las sevillanas y otras culturas por medio de las danzas latinas (merengue...), así como desarrollar, a través de las mismas, factores rítmicos, coordinativos, conocimiento corporal y desinhibición.
7. Desarrollar aspectos motrices a través de la práctica del fútbol, así como el conocimiento y comprensión de aspectos técnico-tácticos-reglamentarios.
8. Acercar a los alumnos a una técnica óptima de las carreras de orientación, vivenciando circuitos dentro del centro, para poner en práctica las destrezas aprendidas.
9. Mejorar en la coordinación óculo-manual, desarrollando aspectos cualitativos del movimiento, a través de la práctica de los malabares con 2 y 3 bolas, continuando así el aprendizaje iniciado en 1º ESO.
10. Mejorar en los aspectos cuantitativos y cualitativos del movimiento, así como el desarrollo de actitudes de cooperación y colaboración, mediante la formación de pirámides humanas complejas, unidas por una coreografía musical..
11. Aprender a manejar la brújula para orientarse, así como el manejo de mapas y planos para conseguir una adecuada técnica de orientación, iniciándose en el uso de recursos naturales como artificiales
12. Desarrollar aspectos perceptivos y de coordinación, a través de juegos y deportes en los que impliquen diferentes móviles, y la percepción de los mismos, para trabajar aspectos perceptivo-motores, como son diferentes juegos de pelota y/o lanzamiento
13. Iniciar a los alumnos/as en la especialidad atlética de los saltos, para desarrollar aspectos relacionados con un deporte individual, así como aumentar el conocimiento personal y su aceptación, así como el afán de mejora
14. Conocer y aplicar con cierto grado el método de relajación de Jacobson y masaje deportivo para utilizarlo en su vida cotidiana en aquellos momentos en los que necesite relajación, dotando así al alumno de cierta autonomía.

B.4. OBJETIVOS DE 4º ESO

1. Conocer los fundamentos del calentamiento específico, así como ser capaces de llevar de forma autónoma el mismo, creando e inventando juegos y ejercicios destinados a dicho fin.
2. Perfeccionar en la práctica de algunos deportes en equipo vistos en cursos anteriores, a través de juegos de cooperación, y acercándose a los elementos básicos técnicos, tácticos y reglamentarios
3. Valorar el nivel de condición física personal, y aceptar las capacidades propias, así como las de sus compañeros, sin que produzca ningún tipo de discriminación.
4. Recordar los diferentes tipos de fuerza, resistencia y flexibilidad, así como practicar diferentes métodos para el desarrollo de la misma.
5. Mejorar en los aspectos cuantitativos y cualitativos del movimiento, así como el desarrollo de actitudes de cooperación y colaboración, mediante el acrosport, continuando con el trabajo de cursos anteriores, fomentando la creación de coreografías de acrosport.

6. Fomentar la capacidad de ritmo y de creación a través de la batuta y danza latina (cha.cha-cha), ayudando al desarrollo del trabajo en equipo, mediante la creación de pequeños montajes coreográficos grupales.
7. Practicar y perfeccionar en los saltos de comba individuales y grupales, para mejorar la coordinación general del cuerpo.
8. Perfeccionar las técnicas de orientación, poniéndolas a prueba en actividades realizadas tanto dentro como fuera del centro.
9. Fomentar la práctica físico-deportiva, a través de una dinámica de juegos y deportes elegidos en base a sus preferencias, usando la competitividad como fuente de motivación, respeto y adecuación a un reglamento establecido.
10. Conocer deportes que se adaptan al medio que les rodea, para fomentar la práctica físico-deportiva en cualquier momento del año, sabiendo utilizar los recursos que tienen más cerca de su disposición
11. Conocer y aplicar con cierto grado el método de relajación de Schultz para utilizarlo en su vida cotidiana en aquellos momentos en los que necesite relajación, dotando así al alumno de cierta autonomía

II. LOS CONTENIDOS

Los contenidos, según Cesar Coll, son “*el conjunto de formas culturales y de saberes seleccionados para formar parte de las distintas Materias curriculares en función de los objetivos generales de Materias*”. Por lo tanto los contenidos, según el actual Sistema Educativo, dejan de ser fines en si mismos para convertirse **en medios para conseguir las capacidades de los objetivos.**

Esta dimensión mediadora de los contenidos tiene **varias implicaciones:**

- La cantidad de contenidos que planteemos en la programación debe ser mayor o menor según los que **sean necesarios para desarrollar los objetivos propuestos.**
- Los contenidos **serán más o menos adecuados** según sea el grado de validez para ayudar a desarrollar lo señalado en los objetivos.

Los contenidos se han de programar **no de un modo rígido** e igual en todas las situaciones o Centros educativos, sino que deben responder al **principio de flexibilidad curricular** y así poder **ADECUAR** la oferta concreta de contenidos en función de los **diferentes contextos escolares y situaciones de aula**; con ello se hace el desarrollo de unas mismas capacidades a partir de medios diferenciados. **A partir de aquí**, destacar que en **torno a los contenidos se organizan las actividades** que realizamos en el aula. A través de ellas cómo se lleva a cabo el aprendizaje de los contenidos

Criterios de Selección

Teniendo en cuenta que la riqueza cultural y científica de la humanidad es amplísima y evoluciona con gran rapidez, no podemos pretender recogerla en su totalidad en los contenidos de nuestra programación, ya que el objeto de enseñanza no es exactamente la copia del objeto cultural; **es necesario seleccionar.** Esta selección la he realizado procurando que los contenidos **tengan sentido, significado (significabilidad)** para los alumnos, bien sea teniendo en cuenta:

a) **Las necesidades e intereses** de los alumnos, aquello que les puede motivar, lo que tiene un carácter funcional, y especialmente lo que los alumnos pueden aprender, es decir, la distancia óptima entre lo que el alumno ya conoce y lo que puede aprender: **Significabilidad psicológica** (Vigotsky le llamó zona de desarrollo próximo)

b) **La estructura interna de los contenidos propios** de nuestros ámbitos de conocimiento y en particular las relaciones y/o de dependencia mutua existentes entre éstos: **Significabilidad lógica.**

A.-ESTRUCTURACIÓN Y ORGANIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS EN 1º, 2º, 3º y 4º DE E.S.O.

Los **CONTENIDOS** vienen **presentados** en el Currículo establecido (RD 1631/2006) en **Bloques Temáticos**. Éstos pretenden hacer una descripción general de los aspectos relevantes que se tratarán en la Materia durante toda la etapa. Queda abierta, por tanto, la posibilidad de diferentes tipos de **concreción, organización, secuenciación y temporalización** de los mismos, siendo competencia, este tipo de decisiones, del equipo de profesores/as de la Materia, tomando como base legal las orientaciones del currículo establecido en el *Art. 2 de la O. de 10-08-07 sobre componentes del currículo correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria.*

Sobre el trabajo llevado a cabo con los contenidos en esta programación, decir que:

—> **En cuanto a la concreción**, los bloques temáticos los hemos de desmembrar y estructurar hasta llegar a las **unidades de trabajo más significativas** en cuanto a lo que el alumnado/a ha de aprender en este **curso**, y serán las que, directamente, **pasen a ser concretadas**, después, en la Programación de Aula, por las U.D.

—> **En cuanto a la organización**, los contenidos *se organizan* en **conceptos, procedimientos y actitudes**, y esto se debe a que “el desarrollo de la motricidad, **en busca de la educación integral de la persona**, va parejo al resto de los componentes de la conducta humana”, tal y como afirmaban Le Boulch (78) y MARCHESI, PALACIOS, COLL y BOWER (90)

La conducta humana está constituida por una serie de **ámbitos o dominios**, de los cuales ninguno puede contemplarse sin la yuxtaposición y/o interacción de los otros. De aquí, que debamos hacer patentes los diferentes ámbitos de la personalidad humana en cuanto a la **evolución del aprendizaje de las capacidades motrices se refiere, siendo éstas:**

- **El Dominio socio-afectivo:** estudio de los sentimientos, emociones, así como de las relaciones con el conjunto de personas que le rodean: ACTITUDES
- **El Dominio cognoscitivo:** estudio del conocimiento, los procesos del pensamiento y el lenguaje: CONCEPTOS
- **El Dominio motor o psicomotor:** estudio de los movimientos corporales, su concienciación y control: PROCEDIMIENTOS

Esta distinción entre contenidos conceptuales, procedimentales y actitudinales es *de naturaleza didáctica*, y **NO** constituyen elementos que haya que tratarlos separadamente, SINO que se deben trabajar en el aula de modo conjunto, es decir, que se debe buscar **LA INTEGRACIÓN del mayor número de aspectos posibles**, relacionando conceptos, procedimientos y actitudes.

1º DE E.S.O.

BLOQUE TEMÁTICO 1: CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD.

- El calentamiento y su significado en la práctica de la actividad física.
- Ejecución de juegos y ejercicios apropiados para el calentamiento.
- Valoración del calentamiento como hábito saludable al inicio de una actividad física.
- Realización de actividades de baja intensidad en la finalización de la actividad física.
- Condición física. Cualidades físicas relacionadas con la salud.
- Acondicionamiento físico a través del desarrollo de las cualidades físicas relacionadas con la salud.
- Ejercitación de posiciones corporales adecuadas en la práctica de actividades físicas y en situaciones de la vida cotidiana.
- Fortalecimiento de la musculatura de sostén mediante ejercicios de movilidad articular y de relajación.
- Atención a la higiene corporal después de la práctica de actividad física.

BLOQUE TEMÁTICO 2: JUEGOS Y DEPORTES.

- El deporte individual y colectivo como fenómeno social y cultural.
- Ejecución de habilidades motrices vinculadas a acciones deportivas.
- Realización de gestos técnicos básicos e identificación de elementos reglamentarios de un deporte individual.
- Las fases del juego en los deportes colectivos: concepto y objetivos.
- Realización de juegos y actividades en que prevalezcan aspectos comunes de los deportes colectivos.
- Aceptación del propio nivel de ejecución y disposición a su mejora.
- Valoración de las actividades deportivas como una forma de mejorar la salud.
- Respeto y aceptación de las reglas de las actividades, juegos y deportes practicados.

BLOQUE TEMÁTICO 3: EXPRESIÓN CORPORAL.

- El cuerpo expresivo: postura, gesto y movimiento. Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas.
- Experimentación de actividades expresivas orientadas a favorecer una dinámica positiva del grupo.
- Combinación de distintos ritmos y manejo de diversos objetos en la realización de actividades expresivas.
- Disposición favorable a la desinhibición en las actividades de expresión corporal.

BLOQUE TEMÁTICO 4: ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL.

- Las actividades físico-deportivas en el medio natural: tierra, aire y agua.
- Realización de recorridos a partir de la identificación de señales de rastreo.
- Aceptación y respeto de las normas para la conservación del medio urbano y natural.

2º DE E.S.O.

BLOQUE TEMÁTICO 1: CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD.

- Objetivos del calentamiento. Calentamiento general y específico.
- Identificación y realización de juegos y ejercicios dirigidos al calentamiento.
- Cualidades físicas relacionadas con la salud: resistencia aeróbica y flexibilidad.
- Control de la intensidad del esfuerzo: toma de la frecuencia cardiaca y cálculo de la zona de actividad.
- Acondicionamiento físico general con especial incidencia en la resistencia aeróbica y en la flexibilidad.
- Reconocimiento y valoración de la relación existente entre una buena condición física y la mejora de las condiciones de salud.
- Reconocimiento y valoración de la importancia de la adopción de una postura correcta en actividades cotidianas.
- Relación entre hidratación y práctica de actividad física.
- Efectos que tienen sobre la salud determinados hábitos como el consumo de tabaco y alcohol.

BLOQUE TEMÁTICO 2: JUEGOS Y DEPORTES.

- Realización de gestos técnicos básicos e identificación de elementos reglamentarios de un deporte individual diferente al realizado en el curso anterior.
- Los deportes de adversario como fenómeno social y cultural.
- Realización de juegos y actividades con elementos técnicos, tácticos y reglamentarios de los deportes de adversario.
- Respeto y aceptación de las normas de los deportes de adversario y de las establecidas por el grupo.
- Práctica de los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios de un deporte colectivo.
- Autocontrol ante las situaciones de contacto físico que se dan en los juegos y el deporte.
- Cooperación en las funciones atribuidas dentro de una labor de equipo para la consecución de objetivos comunes.
- Tolerancia y deportividad por encima de la búsqueda desmedida de los resultados.

BLOQUE TEMÁTICO 3: EXPRESIÓN CORPORAL.

- El lenguaje corporal y la comunicación no verbal.
- Los gestos y las posturas. Experimentación de actividades encaminadas al dominio, al control corporal y a la comunicación con los demás.
- Control de la respiración y la relajación en las actividades expresivas.
- Realización de movimientos corporales globales y segmentarios con una base rítmica, combinando las variables de espacio, tiempo e intensidad, destacando su valor expresivo.
- Realización de improvisaciones colectivas e individuales como medio de comunicación espontánea.
- Aceptación de las diferencias individuales y respeto ante la ejecución de los demás.

BLOQUE TEMÁTICO 4: ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL.

- El senderismo: descripción, tipos de sendero, material y vestimenta necesaria.
- Realización de recorridos preferentemente en el medio natural.
- Toma de conciencia de los usos adecuados del medio urbano y natural.
- Respeto del medio ambiente y valoración del mismo como lugar rico en recursos para la realización de actividades recreativas.

3º DE E.S.O.

BLOQUE TEMÁTICO 1: CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD.

- El calentamiento. Efectos. Pautas para su elaboración.

- Elaboración y puesta en práctica de calentamientos, previo análisis de la actividad física que se realiza.
- Relación entre la mejora de las cualidades físicas relacionadas con la salud y la adaptación de los aparatos y sistemas del cuerpo humano.
- Acondicionamiento de las cualidades relacionadas con la salud: resistencia aeróbica, flexibilidad y fuerza resistencia general, mediante la puesta en práctica de sistemas y métodos de entrenamiento.
- Reconocimiento del efecto positivo que la práctica de actividad física produce en los aparatos y sistemas del cuerpo humano.
- Adopción de posturas correctas en las actividades físicas y deportivas realizadas.
- Alimentación y actividad física: equilibrio entre la ingesta y el gasto calórico.
- Valoración de la alimentación como factor decisivo en la salud personal.
- Ejecución de métodos de relajación como medio para liberar tensiones.

BLOQUE TEMÁTICO 2: JUEGOS Y DEPORTES.

- Las fases del juego en los deportes colectivos: organización del ataque y de la defensa.
- Práctica de los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios de un deporte colectivo diferente al realizado en el curso anterior.
- Participación activa en las actividades y juegos y en el deporte colectivo escogido.
- Asunción de la responsabilidad individual en una actividad colectiva, como condición indispensable para la consecución de un objetivo común.

BLOQUE TEMÁTICO 3: EXPRESIÓN CORPORAL.

- Bailes y danzas: aspectos culturales en relación a la expresión corporal.
- Ejecución de bailes de práctica individual, por parejas o colectiva.
- Predisposición a realizar los bailes y danzas con cualquier compañero y compañera.

BLOQUE TEMÁTICO 4: ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL.

- Normas de seguridad para la realización de recorridos de orientación en el medio urbano y natural.
- Realización de recorridos de orientación, a partir del uso de elementos básicos de orientación natural y de la utilización de mapas.
- Aceptación de las normas de seguridad y protección en la realización de actividades de orientación.

4º DE E.S.O.

BLOQUE TEMÁTICO 1: CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD.

- Realización y práctica de calentamientos autónomos previo análisis de la actividad física que se realiza.
- El calentamiento como medio de prevención de lesiones.
- Sistemas y métodos de entrenamiento de las cualidades físicas relacionadas con la salud: resistencia aeróbica, flexibilidad y fuerza resistencia.
- Efectos del trabajo de resistencia aeróbica, de flexibilidad y de fuerza resistencia sobre el estado de salud: efectos beneficiosos, riesgos y prevención.
- Aplicación de los métodos de entrenamiento de la resistencia aeróbica, de la flexibilidad y de la fuerza resistencia.
- Elaboración y puesta en práctica de un plan de trabajo de una de las cualidades físicas relacionadas con la salud.
- Toma de conciencia de la propia condición física y predisposición a mejorarla.
- Relajación y respiración. Aplicación de técnicas y métodos de relajación de forma autónoma y valoración de dichos métodos para aliviar tensiones de la vida cotidiana.
- Valoración de los efectos negativos de determinados hábitos (fumar, beber, sedentarismo,...) sobre la condición física y la salud. Actitud crítica ante dichos hábitos y frente al tratamiento de determinadas prácticas corporales por los medios de comunicación.

- Primeras actuaciones ante las lesiones más comunes ue pueden manifestarse en la práctica deportiva.

BLOQUE TEMÁTICO 2: JUEGOS Y DEPORTES..

- Realización de juegos y deportes individuales, de adversario y colectivos de ocio y recreación.
- Práctica de los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios e deportes de adversario que precisen la utilización e un implemento.
- Planificación y organización de torneos en los que se utilicen sistemas de puntuación que potencien las actitudes los valores y el respeto de las normas.
- Valoración de los juegos y deportes como actividades físicas de ocio y tiempo libre y de sus diferencias respecto al deporte profesional.
- Aceptación de las normas sociales y democráticas que rigen en un trabajo en equipo.

BLOQUE TEMÁTICO 3: EXPRESIÓN CORPORAL.

- Adquisición de directrices para el diseño de composiciones coreográficas.
- Creación de composiciones coreográficas colectivas con apoyo de una estructura musical incluyendo los diferentes elementos: espacio, tiempo e intensidad.
- Participación y aportación al trabajo en grupo en las actividades rítmicas.

BLOQUE TEMÁTICO 4: ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL.

- Relación entre la actividad física, la salud y el medio natural.
- Participación en la organización de actividades en el medio natural de bajo impacto ambiental, en el medio terrestre o acuático.
- Realización de las actividades organizadas en el medio natural.
- Toma de conciencia del impacto que tienen algunas actividades físico-deportivas en el medio natural.

B.- CONCRECCIÓN DE CONTENIDOS POR BLOQUES TEMÁTICOS

1º E.S.O.	
BLOQUES TEMÁTICOS	CONTENIDOS
CONDICIÓN FÍSICA SALUD	<ul style="list-style-type: none"> • Trabajo de las cualidades físicas básicas (se trabajarán de forma conjunta para globalizar su aprendizaje): <ul style="list-style-type: none"> ✓ Resistencia aeróbica: Juegos. ✓ Flexibilidad: Ejercicios de estiramiento muscular estático y de movilidad articular. ✓ Fuerza: Ejercicios globales (empujes, tracciones multisaltos...) y juegos de lucha. • Práctica de distintas formas de calentamientos generales. • Relajación: estiramientos y respiraciones. • Toma de pulsaciones (iniciación). • Educación para la salud: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Hábitos higiénicos (calor, hidratación, calzado, ropa, sudoración, digestión)
JUEGOS Y DEPORTES	<ul style="list-style-type: none"> • Juegos tradicionales, populares y autóctonos. • Juegos predeportivos y con material alternativo (comba, palas I y malabares I con una bola). • Deportes estandarizados y alternativos: Atletismo I, voleibol I, jockey I y béisbol I. • Habilidades gimnásticas básicas: volteretas, equilibrios, saltos, combinaciones... • Acrosport I: Figuras corporales y pirámides de dos miembros.
EXPRESIÓN CORPORAL	<ul style="list-style-type: none"> • Juegos desinhibición y dramatización. • Danzas del mundo: Aeróbic I, batuka y sevillanas.
ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL	<ul style="list-style-type: none"> • Plano del aula sin escala; juego de ubicación en aula; localizar objetos y otros en aula y gimnasio. • Juegos de rastreo. • Senderismo y rocódromo dentro del gimnasio.

2º E.S.O.	
BLOQUES TEMÁTICOS	CONTENIDOS
CONDICIÓN FÍSICA SALUD	<ul style="list-style-type: none"> Trabajo de las cualidades físicas básicas (se trabajarán de forma conjunta para globalizar su aprendizaje): <ul style="list-style-type: none"> ✓ Resistencia aeróbica: Juegos. ✓ Flexibilidad: Ejercicios de estiramiento muscular estático y de movilidad articular. ✓ Fuerza: Ejercicios globales (empujes, tracciones multisaltos...) y juegos de lucha. Práctica de distintas formas de calentamientos generales dirigidos por el profesor y por los propios alumnos/as. Relajación: estiramientos, respiración abdominal, torácica, clavicular y masajes I. Toma de pulsaciones (toma de datos de las variaciones de las distintas pulsaciones en diferentes actividades físicas) Educación para la salud: <ul style="list-style-type: none"> - Consejos dietéticos. - Otros hábitos: efectos negativos por consumo de drogas, alcohol, tabaco.
JUEGOS Y DEPORTES	<ul style="list-style-type: none"> Juegos tradicionales, populares y autóctonos. Deportes estandarizados: Badminton , baloncesto , balonmano . Deportes alternativos: Béisbol II , palas II , jockey II y frisbi. Acrosport II : Figuras corporales y pirámides de varios miembros.
EXPRESIÓN CORPORAL	<ul style="list-style-type: none"> Trabajo de técnicas expresivas sencillas. Danzas y bailes.
ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL	<ul style="list-style-type: none"> Juegos de orientación en pista por parejas, relevos, individual y grupos (juegos de rastreo y de pista). Ruta a pie en el entorno natural. Senderismo y rocódromo dentro del gimnasio.

3º E.S.O.	
BLOQUES TEMÁTICOS	CONTENIDOS
	<ul style="list-style-type: none"> Trabajo de las cualidades físicas básicas (se trabajarán de forma conjunta para

CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD	<p>globalizar su aprendizaje):</p> <ul style="list-style-type: none"> ▫ Resistencia aeróbica: Carrera continua, entrenamiento total, circuitos, aerobio... ▫ Flexibilidad: Ejercicios de estiramiento muscular estático y de movilidad articular. ▫ Fuerza: Ejercicios globales (empujes, tracciones, multisaltos, multilanzamientos...), ejercicios y juegos por parejas y ejercicios de autocarga de los principales grupos musculares haciendo hincapié en la correcta ejecución desde el punto de vista de la higiene postural. <ul style="list-style-type: none"> • Planificación de la mejora de una capacidad física básica. • Dirección por parte del alumnado de un calentamiento formal. Recopilación de ejercicios de calentamiento. • Masaje deportivo II. • Pruebas de condición física – salud. • Conceptos de condición física-salud..
JUEGOS Y DEPORTES	<ul style="list-style-type: none"> • Deportes y juegos estandarizados y alternativos: Judo I, Rugby I, voleibol II, baloncesto II; malabares II, frisbi y palas III. • Acrosport III. : Figuras corporales y pirámides de 5, 6 ... miembros. Combinación de pirámides con una danza.
EXPRESIÓN CORPORAL	<ul style="list-style-type: none"> • Bailes y danza. • Relajación: control de la respiración. • Método de relajación
ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL	<ul style="list-style-type: none"> • Técnicas básicas de orientación, lectura de mapas y realización de recorridos con brújula. • Carreras de orientación en el entorno próximo al centro. • Escalada en rocódromo y roca natural de la Sierra de Cádiz.

4º E.S.O.	
BLOQUES TEMÁTICOS	CONTENIDOS
CONDICIÓN FÍSICA SALUD	<ul style="list-style-type: none"> • Trabajo de las cualidades físicas básicas (se trabajarán de forma conjunta para globalizar su aprendizaje): <ul style="list-style-type: none"> ▫ Resistencia aeróbica: Carrera continua, entrenamiento total, circuitos, aerobio... ▫ Flexibilidad: Ejercicios de estiramiento muscular estático y de movilidad articular. ▫ Fuerza: Ejercicios globales (empujes, tracciones, multisaltos, multilanzamientos...), ejercicios y juegos por parejas y ejercicios de autocarga de los principales grupos musculares haciendo hincapié en la correcta ejecución desde el punto de vista de la higiene postural. • Calentamiento específico.

	<ul style="list-style-type: none"> • Pruebas de condición física-salud. • Puesta en práctica de los planes individualizados de mantenimiento o mejora de la condición física elaborados por los alumnos. • Masaje deportivo III. • Dimensión socioeconómica del fenómeno del deporte de élite. • La publicidad y la salud.
JUEGOS Y DEPORTES	<ul style="list-style-type: none"> • Juegos tradicionales, populares y autóctonos. • Deportes estandarizados: Judo II, Rugby II, Jockey III, baloncesto III y voleibol III.. • Acroport IV: Coreografía: Habilidades gimnásticas, pirámides humanas y danza.
EXPRESIÓN CORPORAL	<ul style="list-style-type: none"> • Relajación (Método de Schultz, contracción-descontracción). • Juegos de dramatización. • Danza actual: batuka y capoeira . • Danza latina: Cha-cha-cha.
ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL	<ul style="list-style-type: none"> • Ruta a pie por entornos naturales de la provincia de Cádiz. • Carrera de orientación con brújula, así como actividades de escalada en entornos naturales. • Iniciación a la vela.

En la primera evaluación trabajamos la condición física. En la segunda evaluación el bloque de contenidos de juegos y deportes y en la tercera evaluación la expresión corporal y las actividades físicas en el medio natural.

C.- TRATAMIENTO DE LA TRANSVERSALIDAD Y LA CULTURA ANDALUZA.

Tal y como se señala en el **D. 200/1997**, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los IES (Art. 12), los temas transversales **se han de trabajar incorporándolos a los objetivos y a los contenidos.**

Debido a que la educación tiene como fin primordial, la *formación integral* mediante el *desarrollo de los diversos factores o elementos* que *conforman y definen* al ser humano, *es necesario* no solamente considerar aquellos aspectos parcelados y estrictamente académicos de acuerdo con cada una de las disciplinas o Materias de conocimiento, *sino también otra serie de aspectos estrictamente relacionados con el ser (físico y moral) y en el ser en el mundo y en la sociedad*: los valores como algo esencial al hecho educativo y a la vida misma; valores que han de *estimarse y transmitirse*, no a través del currículo oculto, sino *de un modo consciente, organizando e integrando* en cada etapa, en cada Materia y en cada uno de los cursos.

De manera más concreta y específica, LA TRANSVERSALIDAD viene dada por

- **LA PROPIA LOE:** Capítulo III, Art. 24.7 y Art. 25.5, donde se dice: "Sin perjuicio de su tratamiento específico en algunas de las Materias de la etapa, **la comprensión lectora, la expresión oral y escrita, la comunicación audiovisual, las tecnologías de la información y la comunicación y la educación en valores** se trabajarán en todas las Materias"
- **EL DECRETO 231/200:** Capítulo II, Art. 5, por el que se establece y orienta sobre la ordenación y las enseñanzas transversales correspondientes al currículo en Andalucía, siendo éstas:
 - El fortalecimiento del respeto de los derechos humanos...

- El conocimiento y el respeto a los valores recogidos en la Constitución Española y en el Estatuto de Autonomía para Andalucía.
 - Contenidos y actividades para la adquisición de hábitos de vida saludable y deportiva...
 - Aspectos de educación vial, de educación para el consumo, de salud laboral, de respeto al medio ambiente y para la utilización responsable del tiempo libre y del ocio.
 - Contenidos y actividades relacionadas con el medio natural, la historia, la cultura y otros hechos diferenciadores de Andalucía...
 - Formación para la utilización de las tecnologías de la información y la comunicación...
- **LA ORDEN DE 10 DE AGOSTO DE 2007**, Anexo I, por el que se incluye características peculiares que han de impregnar todas las materias o ámbitos en el desarrollo del currículo en Andalucía, siendo éstas:
 - La igualdad real y efectiva entre hombres y mujeres...
 - La diversidad cultural en todos los ámbitos de la vida política y social.

La importancia de su ENSEÑANZA se podría resumir en cuatro aspectos:

1. **Su propio carácter transversal**, el hecho de que aparezcan asociadas a todas las Materias de conocimiento y a todos los elementos del currículo.
2. **La relevancia social**, la propia importancia social de los contenidos transversales.
3. **La carga valorativa** que conllevan, hacen referencia hacia una actitud, valor y normas de comportamiento determinadas. **Ante la crisis de valores** se opta por reforzarlos, tanto a nivel individual como social, y especialmente algunos que se considera que **han quedado algo olvidados en los últimos tiempos**.
4. También, se intentan **reforzar las Materias instrumentales** y se toma como herramientas principales a la **Lectura la Expresión y la Comunicación** con la finalidad de obtener unos **mejores resultados de tipo académico**.

En el siguiente cuadro presentamos la relación de estos contenidos o temas Transversales que vamos a trabajar desde nuestra Materia , además de incluir los rasgos generales a desarrollar en los mismos.

C.1. TRATAMIENTO DE LA TRANSVERSALIDAD Y LA CULTURA ANDALUZA PARA 1º, 2º, 3º y 4º de E.S.O.

Respecto a la COMPRENSIÓN LECTORA

Entre las estrategias Metodológicas para trabajar la Comprensión Lectora desde nuestra materia, destacamos la LECTURA SILENCIOSA, la cual permitirá al alumno/a

- Leer a su propio ritmo e interés.
- Releer y detenerse cuando lo estime conveniente.
- Disminuye la inseguridad y ansiedad de la competencia
- Desarrollar la tendencia a comunicar la información adquirida a través del lenguaje oral y escrito.

Este proceso de lectura está orientado hacia la lectura comprensiva; por esta razón debemos buscar textos, propios de nuestra parcela de conocimientos, sobre aspectos actitudinales y de toma de conciencia.

La lectura comprensiva capta todo el significado del texto, por ello, la importancia de la lectura debe centrarse en el sentido de lo leído.

Respecto a la EXPRESIÓN ORAL Y ESCRITA

El buen uso del lenguaje oral y escrito es un medio para contribuir a mejorar nuestras relaciones con los demás y a perfeccionarnos a nosotros mismos (superación personal), para ello, desde nuestra materia, trabajaremos este contenido implicando a nuestro alumnado en participar, en el proceso de E-A, como agentes expositivos, debiendo:

- Usar correctamente el lenguaje oral (por ejemplo “haya” y no “aiga”) y escrito con las reglas de ortografía.
- Si tienen duda sobre la ortografía o significado de una palabra, hacérsela buscar en el diccionario.
- Hacer que desarrollen actividades de Aprendizaje y/o Evaluación donde tengan que trabajar contenidos tanto de manera oral como escrita...

Respecto a la COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL

Desde nuestra parcela de conocimientos, abordaremos este tipo contenido como elemento global, mediante

el cuerpo y sus recursos expresivos, que determina las relaciones entre los miembros del grupo. En nuestra materia en particular, conviene explorar diferentes posibilidades y recursos expresivos del propio cuerpo, apreciando la calidad del movimiento y los diferentes componentes del mismo. El enriquecimiento de las posibilidades de comunicación en las relaciones con los otros desarrollará en el alumnado el sentido de la responsabilidad dentro del grupo, mejorará su capacidad de integración social y potenciará el respeto a la libertad y a las normas establecidas.

Respecto a las TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y LA COMUNICACIÓN (TIC)

En esta nueva y cambiante cultura que configura la sociedad actual, las personas vamos necesitando **nuevas competencias** para poder afrontar con éxito las cambiantes circunstancias laborales, sociales y domésticas. Ello conlleva **realizar profundos cambios en los contenidos** que se imparten, teniendo que someterse *los currículos a una permanente revisión*, no sólo en *los contenidos* que se presentan para ser enseñados, sino en las *pautas de actuación* que se han de seguir al trabajarlos.

Unos de esos contenidos *tendrá carácter tecnológico*. En este sentido, el currículo de nuestra materia deberá ir integrando los contenidos necesarios para proporcionar una **alfabetización digital básica**, cada vez más imprescindible para todo ciudadano.

Los instrumentos interactivos que vamos a utilizar nosotros, que nos proporcionan los ordenadores e Internet, los podemos clasificar en cuatro grupos:

- **Programas de uso general - Materiales didácticos interactivos, en soporte disco y on-line**
- **Páginas Web de interés educativo - Otros programas y hardware específicos**

Respecto a la EDUCACIÓN EN VALORES

Siguiendo a **Ortega y Mínguez (2001)**, el valor es un *modelo ideal de realización personal que intentamos, a lo largo de nuestra vida, plasmar en nuestra conducta, sin llegar a agotar nunca la realización del valor*. La relación de todos los valores que podemos considerar para la LOE y desde nuestra materia son:

- **Valores personales:** aquellos que dependen más de las convicciones y creencias peculiares de cada individuo y que constituyen el sistema de valores propio. Se señalan los siguientes: El esfuerzo, la autoexigencia, la responsabilidad, la confianza en las propias aptitudes y conocimientos (autoconcepto académico), la creatividad, la iniciativa personal, el espíritu emprendedor, la libertad de conciencia, la dignidad y la integridad e intimidad

- **Valores sociales:** que están más relacionados con la colectividad y tienen un carácter de reconocimiento más universal por los Organismos Internacionales. Se señalan los siguientes: La libertad, la solidaridad mediante el impulso de la participación cívica de los alumnos en actividades de voluntariado, la cohesión y mejora social, la igualdad de derechos entre los sexos, respeto a los demás, convivencia, pluralismo; la tolerancia, la participación, trabajar en equipo, resolver problemas y una actitud abierta.

C.2. INCORPORACIÓN DE LA TRANSVERSALIDAD EN LOS CONTENIDOS DEL CURSO.

Como y hemos visto en el apartado “A” de esta parte, el **RD 1631/2006** establece los núcleos de contenidos a trabajar en este curso. A partir de ahí, planteo la relación: **NÚCLEOS TEMÁTICOS - TRANSVERSALIDAD**, con el objeto de dejar una visión lógica y coherente de dicha afinidad.

CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD	JUEGOS Y DEPORTES	ACTIVIDADES EN EL MEDIO	EXPRESIÓN CORPORAL
Respecto a la COMPRENSIÓN LECTORA			
Respecto a la EXPRESIÓN ORAL Y ESCRITA			Respecto a la COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL
		EDUCACIÓN VIAL	
Respecto a las TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y LA COMUNICACIÓN (TIC)			
Respecto a la EDUCACIÓN EN VALORES : Todo gira en torno a unos EJES Básicos de acción: Autonomía personal. (= Responsabilidad) y Autoestima Resolución de conflictos e igualdad y la no violencia de género			
Autodominio <i>“Controlar las reacciones propias”.</i> Superación <i>“Es necesario seguir progresando”</i>	Disfrutar con otros es más importante que ganar <i>“Pasarlo bien con otros satisface más que ganar”</i> Pensar en Yo gano-Tú ganas <i>“En cada situación hay soluciones para que todos ganen”</i>	Alegría <i>“Disfrutar con lo que hago y expresarlo me hace sentirme bien”.</i> Comprende primero <i>“ Escuchar y valorar antes de juzgar o tomar decisiones que afecten a las personas”</i>	Reflexión <i>“Tengo cualidades y defectos que sólo puedo descubrir si pienso en ello”.</i> Sensibilidad <i>“Descubrir la belleza y bondad de personas”.</i>
	LA CULTURA ANDALUZA		

III. LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN

Constituye como un **elemento fundamental** del proceso de enseñanza y de aprendizaje, ya que gracias a ella conoceremos y valoraremos los diferentes aspectos que se dan en la tarea educativa y de esta forma podremos actuar sobre este proceso para **regularlo y mejorarlo** (Orden del 10/08/2007 sobre Eval. ESO en Andalucía)

Con ella verificaremos si el proceso de Enseñanza - Aprendizaje responde a los **criterios establecidos, conociendo y valorando si nuestros alumnos/as han superado correctamente los objetivos planteados para este curso.**

Los criterios de evaluación **establecen el tipo** (qué) y **el grado** (nivel) del aprendizaje que nuestros alumnos/os deberán haber alcanzado, **con respecto a** las capacidades contempladas en los objetivos. **Son como los indicadores que nos señalan qué aprendizaje se ha realizado y en el grado que éste se ha realizado.**

Señalan **los aprendizajes esenciales** que la Administración Educativa ha determinado para que sean **alcanzados por los alumnos/as**. Pero, también, son **indicadores de grado**, es decir, de la **profundidad o amplitud** de lo que se tiene que aprender.

Esto supone para los docentes un **instrumento de individualización** de la enseñanza y de **la atención a la diversidad**. De forma que podremos comprobar lo que los/as alumnos/as han aprendido según sus características individuales, debido a que **la adquisición del aprendizaje debe permitir diferentes grados de consecución.**

En el Currículo vienen establecidos los CRITERIOS PARA TODA LA ETAPA. Por lo tanto, lo que hay que hacer desde la **Materia de Educación Física** al realizar la **Programación** es una **tarea doble**:

- **Concretarlos y distribuirlos para cada uno de los cursos, por un lado, y**
- **Realizar un análisis adecuado de ellos, para que me sirvan de referencia.**

A.- CRITERIOS DE EVALUACIÓN (1º, 2º, 3º y 4º de E.S.O.)

Al final del curso los/as alumnos/as han de haber alcanzado los objetivos pretendidos...

1º E.S.O.

- Recopilando actividades, juegos, estiramientos y ejercicios de movilidad articular y estiramiento apropiados para el calentamiento y realizados en clase.
- Identificando los hábitos higiénicos y posturales saludables relacionados con la actividad física y con la vida cotidiana.
- Incrementando las cualidades físicas relacionadas con la salud trabajadas durante el curso respecto a su nivel inicial.
- Mejorando la ejecución de los aspectos técnicos fundamentales del atletismo, aceptando el nivel alcanzado.
- Realizando la acción motriz oportuna en función de la fase de juego que se desarrolle, ataque o defensa, en el fútbol y balonmano.
- Elaborando un mensaje de forma colectiva, mediante técnicas como el mimo, el gesto, la dramatización o la danza y comunicarlo al resto de grupos.
- Siguiendo r las indicaciones de las señales de rastreo en un recorrido por el centro o sus inmediaciones.

2º E.S.O.

- Incrementando la resistencia aeróbica, fuerza y la flexibilidad respecto a su nivel inicial.
- Reconociendo a través de la práctica, las actividades físicas que se desarrollan en una franja de la frecuencia cardiaca beneficiosa para la salud.
- Mostrando autocontrol en la aplicación de la fuerza y en la relación con el adversario, ante situaciones de contacto físico en juegos y actividades de lucha.
- Manifestando actitudes de cooperación, tolerancia y deportividad tanto cuando se adopta el papel de participante como el de espectador en la práctica del baloncesto, voleibol y hockey.

- Creando y poniendo en práctica una secuencia armónica de movimientos corporales a partir de un ritmo escogido.
- Realizando de forma autónoma un recorrido de sendero cumpliendo normas de seguridad básicas y mostrando una actitud de respeto hacia la conservación del entorno en el que se lleva a cabo la actividad.

3º E.S.O.

- Recopilando y dirigiendo, habitualmente y de forma autónoma, actividades, *juegos y ejercicios de movilidad articular e incremento vegetativo*, para el calentamiento y la vuelta a la calma.
- Relacionando *las actividades físicas* con los efectos que producen en los diferentes parámetros fisiológicos, aparatos y sistemas del cuerpo humano, especialmente con aquéllos que son más relevantes para la salud.
- Conociendo y mejorando los niveles iniciales que posee en relación a los contenidos que se van a desarrollar durante todo el curso.
- Identificando e incrementando *el nivel de acondicionamiento físico* general a través de métodos específicos del trabajo y mejora de la resistencia aeróbica, la flexibilidad, la fuerza resistencia, la percepción espacio-temporal y la percepción kinestésica, respecto a su nivel inicial.
- *Realizando ejercicios de acondicionamiento físico* atendiendo a criterios de higiene postural como estrategia para la prevención de lesiones.
- Reflexionando sobre la importancia que tiene para la salud *una alimentación equilibrada* a partir del cálculo de la ingesta y el gasto calórico, en base a las raciones diarias de cada grupo de alimentos y de las actividades diarias realizadas.
- Reflexionando sobre, la importancia que tiene para la salud físico-deportiva y cotidiana, *la relajación y la respiración*.
- Realizando *bailes, por medio de cualquiera de sus sentidos*, por parejas o en grupo, indistintamente con cualquier miembro del mismo, mostrando respeto y desinhibición
- Elaborando *mensajes corporales* de forma colectiva, mediante técnicas como el mimo, el gesto, y la dramatización, con el fin de transmitir información al resto del grupo.
- 10..Entendiendo los juegos y deportes tradicionales de la localidad, de Andalucía y del mundo, así como el fútbol y balonmano, como fenómenos sociales y culturales
- Consolidando las *acciones motrices* mediante la combinación y perfeccionamiento de las habilidades básicas-genéricas comunes a los juegos y deportes, así como por medio de la adquisición de habilidades motrices específicas
- Resolviendo *situaciones de juego reducido*, a través de la mejora de los elementos y estrategias de ejecución específicas del balonmano y fútbol, como deportes colectivos, dándole importancia a actitudes como la cooperación, la tolerancia y la deportividad, aceptando el nivel alcanzado.
- Participando en *juegos y deportes tradicionales de la localidad, de Andalucía y del mundo*, tomando conciencia de ellos como una manera más de practicar actividad físico-deportiva
- Participando en *pelotas y malabares*, como una forma de juego recreativo, progresando en los elementos y las estrategias de ejecución propias del mismo y aceptando el nivel alcanzado
- Completando una *actividad de orientación* cicloturismo, acampada y escalada, preferentemente en el medio natural, con la ayuda del material necesario y respetando las normas de seguridad y la conservación del entorno en el que se lleva a cabo la actividad.

4º E.S.O.

- Planificando y poniendo en práctica calentamientos autónomos respetando pautas básicas para su elaboración y atendiendo a las características de la actividad física que se realizará.
- Analizando los efectos beneficiosos y de prevención que el trabajo regular de resistencia aeróbica, de flexibilidad y de fuerza resistencia suponen para el estado de salud.
- Diseñando y llevando a cabo un plan de trabajo de una cualidad física relacionada con la salud, incrementando el propio nivel inicial, a partir del conocimiento de sistemas y métodos de entrenamiento.
- Resolviendo supuestos prácticos sobre las lesiones que se pueden producir en la vida cotidiana, en la práctica de actividad física y en el deporte, aplicando unas primeras atenciones.

- Manifestando una actitud crítica ante las prácticas y valoraciones que se hacen del deporte y del cuerpo a través de los diferentes medios de comunicación.
- Participando en la organización y puesta en práctica de torneos en los que se practicarán deportes y actividades físicas realizadas a lo largo de la etapa.
- Participando de forma desinhibida y constructiva en
- la creación y realización de actividades expresivas colectivas
- con soporte musical tales como la batuka y cha-cha-cha.
- Utilizando los tipos de respiración y las técnicas y métodos de relajación (masaje deportivo y método de Shultz) como medio para la reducción de desequilibrios y el alivio de tensiones producidas en la vida cotidiana.

B.- PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

Dado que el proceso de aprendizaje depende en buena medida del proceso de enseñanza, es necesario analizar los datos proporcionados por la evaluación del alumnado desde la perspectiva de la intervención pedagógica o didáctica. Se trata de constatar en qué medida los logros o dificultades de los alumnos son debidos a su situación personal y/o al acierto del diseño y desarrollo de las programaciones y proyectos curriculares.

B.1. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN. PROCESO DE E-A.

La complejidad del hecho evaluativo **requiere utilizar varias y diversas técnicas de evaluación**. La utilización de unas u otras está en **función del contenido que se quiera evaluar y del tipo de evaluación que se emplea, teniendo siempre en cuenta la eficacia de las mismas**.

En este nivel de concreción, hay que hablar de las estrategias o directrices que seguiremos a la hora de realizar la evaluación; LAS TÉCNICAS, MECANISMOS O PROCEDIMIENTOS son las modalidades o las formas que posibilitan la obtención de datos y su posterior valoración; LOS INSTRUMENTOS son los medios concretos a través de los cuales se aplica una técnica, y responden, más bien, al desarrollo del currículo a nivel de aula. Para poder responder a esas estrategias se utilizan las siguientes técnicas con sus correspondientes instrumentos de evaluación:

TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN		
TÉCNICAS DE OBSERVACIÓN		
Registro personal del alumno	Escalas de valoración	El diario del profesor
TÉCNICAS DE ANÁLISIS O REVISIÓN		
El cuaderno de clase	Trabajos monográficos	
TÉCNICAS DE INFORMACIÓN DIRECTA		
Cuestionarios	Entrevistas	
TÉCNICAS DE PRUEBAS O ACTIVIDADES ESPECÍFICAS DE EVALUACIÓN		
Pruebas directas	Pruebas objetivas	Situaciones-problema

1. Evaluación del Proceso de Enseñanza:

- En cuanto a los **elementos del proceso**, respecto a cada uno de todos los componentes que integran la Planificación Educativa. Por citar unos ejemplos: Adecuación de los Objetivos, validez de los contenidos y su secuenciación, idoneidad de las actividades, medios didácticos, recursos y situaciones de aprendizaje...
- En cuanto al **propio proceso**, es decir, lo que forma parte de la dinámica de trabajo: La motivación, el ambiente de trabajo en clase, el grado de satisfacción en las relaciones humanas, el tipo y grado de participación, la interacción en la realización del proceso...

2. Evaluación del Proceso de Aprendizaje:

- En relación al **resultado**, toma como referente:
 - Si se han desarrollado las capacidades planteadas en los *Objetivos*. Por eso es importantísimo la clara formulación de estos.
 - Si se han adquirido los *Contenidos* utilizados para desarrollar las capacidades
 - Si el aprendizaje logrado se corresponde con los *Criterios de Evaluación* tanto en tipo como en grado (**Planteados en el apartado A de esta parte**).
- En relación al **proceso** y la dinámica del proceso de E-A. Dentro de este punto se incluyen muchos aspectos, como: El modo en que el alumno/a aborda el aprendizaje, Las dificultades y lagunas que van encontrando...

C. CRITERIOS CALIFICACIÓN

Los criterios de calificación **son los acuerdos que se establecen para obtener de manera homogénea la calificación en la materia**, de tal modo que les permita ponderar o asignar diferentes valores a los distintos aspectos del aprendizaje, tanto a los aspectos que indican el resultado como a los que indican el proceso del aprendizaje. Los criterios de evaluación indican lo que los alumnos han tenido que aprender, el resultado del aprendizaje; los criterios de evaluación sirven como referente para todo el proceso de E-A.

Por lo tanto, a la hora de tomar los acuerdos sobre los criterios de calificación hay que tomarlos en consonancia con los criterios de evaluación.

En nuestra especialidad, como criterios de calificación y para esta programación, señalamos los siguientes *(Para ello se toma referencia de la Orden del 10/08/2007 sobre Eval. De la ESO en Andalucía)*:

- La nota o calificación se hará sobre los aspectos de:

- El conjunto de acciones implicadas en el proceso de aprendizaje A NIVEL DE CADA UD. (Evaluación del proceso en sí y su dinámica: *El modo en que los alumnos abordan el aprendizaje, las dificultades y lagunas que van encontrando y su corrección, el nivel de esfuerzo e interés, las posibilidades educativas y el ritmo de aprendizaje, las actitudes que se adoptan en clase y en el trabajo de los grupos: participación, aportaciones, etc.*)
- El conjunto de efectos y consecuencias de lo aprendido o enseñado (Evaluación del resultado): CRITERIOS DE EVALUACIÓN (Serán referente fundamental para valorar tanto el grado de adquisición de las competencias básicas como el de consecución de los objetivos. Art. 2 **O. 10/08/2007**).
- También, según el citado art. 2 de dicha Orden y de conformidad con lo establecido en el artículo 14.2 del Decreto 231/2007, el profesorado llevará a cabo la evaluación, preferentemente a través de la **observación continuada** de la evolución del proceso de aprendizaje de cada alumno/a y de su maduración personal, sin perjuicio de las pruebas que, en su caso, realice el alumnado.
 - El porcentaje de los conceptos, procedimiento y actitudes dependerá de cada unidad significativa de trabajo llevada a cabo en el aula (UD). Como referencia, dicho porcentaje habrá de oscilar alrededor del 16% de conceptos, del 44% de procedimientos y del 40% de actitudes respectivamente (según análisis R.D. 1631/2006)
 - La nota final de curso, saldrá de la media aritmética de cada U.D. en las que se organizan los contenidos, teniéndose en cuenta, para hacer dicha media, que el alumno/a no califique por debajo del 15% en lo referente al Proceso de Aprendizaje .
 - De manera más concreta indicar lo siguiente:
 - 30% Examen teórico.
 - 40% Examen práctico.
 - 30% Participación.

D. RECUPERACIÓN DE EVALUACIONES SUSPENDIDAS.

Las evaluaciones suspendidas se recuperarán de la siguiente manera:

1. Presentación de un trabajo monográfico en el que se incluyan los contenidos desarrollados en la evaluación suspensa del curso corriente.
2. Examen teóricos de dichos contenidos.

E. RECUPERACIÓN DE LA ASIGNATURA PENDIENTE.

Los alumnos/as a los que les quede pendiente la E.F. de cursos anteriores podrán superarla mediante dos mecanismos:

1. Presentación de un trabajo monográfico en el que se incluyan los contenidos desarrollados en cursos previos.

El profesor que le imparta la E.F. en el curso corriente, durante el mes de Octubre, le informará al alumno/a del contenido del trabajo a realizar, apuntándoselo en su agenda personal con el fin de que sus padres se den por informados de dicho contenido y la fecha de entrega. La agenda se la deberá enseñar el alumno al profesor firmada por el padre/madre.

El trabajo constará de tres partes: una capacidad física básica a elegir, un baile o danza a elegir y por último un deporte en función del curso a recuperar:

- En 1º de ESO: atletismo.
- En 2º de ESO: baloncesto.
- En 3º de ESO: voleibol.

La fecha tope para entregar el trabajo será el 3 de Mayo de 2013.

Los trabajos se realizarán a mano, excepto la portada, el índice y la bibliografía que lo podrán hacer a ordenador si lo desean. Consistirán de un mínimo de 30 carillas, incluyendo la portada, índice y bibliografía.

2. Observación sistemática y continua de la evolución ordinaria de los contenidos de las UD's que mayor afinidad lógica-psicológica y transferencia horizontal posean respecto a las UD's que se desarrollen en el curso corriente.

IV. METODOLOGÍA.

Todos los elementos del currículo tienen una gran importancia, pero las **Orientaciones Metodológicas** la tienen de un modo particular, puesto que en ellas se han de basar y depender de la puesta en práctica de los demás elementos. Dentro de este elemento didáctico, voy a diferenciar los siguientes aspectos:

A. ORIENTACIONES METODOLÓGICAS:

En nuestro trabajo educativo vamos a seguir una serie de líneas/orientaciones de trabajo específicas de nuestra Materia, que deben atenerse a los principios de aprendizaje que caracterizan el desarrollo del proceso de enseñanza- aprendizaje tal y como se entiende en el Sistema Educativo; por ello, las presentamos como derivadas de estos principios:

Facilitar la construcción de APRENDIZAJES SIGNIFICATIVOS

- Realizar un seguimiento de todo el proceso de E-A, considerando el progreso del niño/a en relación con el trabajo realizado y su evolución
- Diagnosticar el proceso de E-A para dar una respuesta educativa sistematizada y adecuada al contexto, a los niveles de desarrollo próximo y a los intereses del alumnado.
- Hacer transferencia entre el mayor número de aspectos posibles de diferentes bloques temáticos.

Propiciar el APRENDER A APRENDER. El niño/a como protagonista:

- Servir de orientador y guía
- Trabajar el conocimiento del cuerpo y sus diferentes posibilidades de manera constante y siempre a través de las propias vivencias del alumnado.
- Garantizar la utilización real del tiempo de clase estableciendo progresiones metodológicas adecuadas en la ejecución de las tareas.

Atender a la DIVERSIDAD DE LOS ALUMN@S:

- Establecer diferentes estrategias sustentadas en mecanismos de cooperación y oposición y en una dinámica de relaciones dentro del dominio E-T
- Contribuir al desarrollo armónico e integral del niño/s sin supeditar unas capacidades sobre otras y mediando en la selección y uso de recursos didácticos.
- Desarrollar integralmente al grupo respetando sus peculiaridades y con total independencia de su sexo, proporcionando sentimientos de satisfacción con su propia identidad corporal y eliminando estereotipos.

DAR UN ENFOQUE ECOLÓGICO en su doble vertiente social y cultural:

- Trabajar la adquisición de habilidades motrices consideradas básicas transfiriendo los aspectos cuantitativos de las mismas en la adquisición de las habilidades específicas.
- Proponer actividades que puedan practicarse en el entorno natural.
- Destinar periodos a la iniciación o calentamiento como elementos preparatorios, y otros destinados a la relajación o vuelta a la calma.
- Extender la práctica de la educación física más allá del ámbito escolar con actividades de tipo complementario y fuera del horario lectivo.
- Incidir antes y después de la actividad física en la adquisición de hábitos que mejoren la calidad de vida como: alimentación adecuada, prevención de riesgos ...

ESPECÍFICOS DE EDUCACIÓN FÍSICA: Aprendizajes en situación de JUEGO buscando una respuesta motriz asociada a lo cognitivo, dinámico activo y a lo socio afectivo.

- Relacionar los tres ámbitos de la conducta humana.
- Contextualizar el trabajo de la actividad física en el juego como medio y fin en sí mismo favoreciendo la progresión en los niveles de socialización y desarrollo físico.
- Propiciar una mejora de los aspectos cualitativos y cuantitativos del movimiento, no existiendo un trabajo intencional sobre el desarrollo de las cualidades físicas pero sí en los aspectos de control y regulación.

B. MÉTODOS DIDÁCTICOS/ ESTILOS Y ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA

Los MÉTODOS son “camino que nos conducen a la consecución de los objetivos didácticos”. Es importante mencionar la problemática metodológica en la enseñanza de nuestra Materia, ya que

es diferente a la del aula ordinaria y presenta unos niveles mayores de complejidad en lo que se refiere al aspecto organizativo de clase y a la vez, ofrece unas oportunidades para el desarrollo de las relaciones socio-afectivas.

Por ello, el/la maestr@ eficaz debe dominar diferentes EE, los cuales deberá aplicar según la situación de aprendizaje. En el saber combinarlos adecuadamente según los objetivos y transformarlos y crear, incluso unos nuevos, radicará el éxito del proceso de enseñanza y aprendizaje.

A groso modo podemos clasificar los estilos de enseñanza (métodos de enseñanza) de Educación Física en dos grupos, de acuerdo con la técnica de enseñanza utilizada (instrucción directa o indagación); los **Estilos de Enseñanza Reproductivos y los Productivos**, respectivamente. A éstos últimos son los que **DELGADO NOGUERA, M.A y SICILIA, A (2002)**, denominan estilos de enseñanza **INNOVADORES**.

EE. REPRODUCTIVOS			EE. PRODUCTIVOS		
Instrucción Directa			Indagación / Búsqueda		
Consonancia Cognitiva			Disonancia Cognitiva		
EE. No Innovadores	EE. Innovadores				
EE. Tradicionales	EE. Individualizadores	EE. Participativos			
		EE. Socializadores	EE. Cognitivos	EE. Creativos	

C. ACTIVIDADES

El **diseño y desarrollo de las actividades** constituyen una de las tareas más importantes que **realizan los docentes**, pues constituyen el medio por excelencia para desarrollar las intenciones expresadas en los objetivos y contenidos.

Las actividades **regulan y ponen de manifiesto la práctica y la organización** de la vida del aula, las interacciones entra profesor y alumnos y de los alumnos ente sí, los criterios que se tienen en la utilización de materiales didácticos, la distribución del tiempo,...La práctica de la enseñanza, según **GIMENO SACRISTÁN**, “*se puede visualizar como una secuencia ordenada de actividades*”, las cuales han de cumplir y obedecer a una serie de **RASGOS**

Somos conocedores de que **es en la Unidad Didáctica en donde cada profesor/a va a plantear las actividades concretas**, tanto las de Aprendizaje como las de Enseñanza, para llevar a cabo su tarea educativa; sin embargo **es necesario plantear en la Programación los tipos de actividades** que consideramos adecuados a las características de nuestra especialidad, junto con algún ejemplo de cada tipo.

C.1. ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE:

Son las acciones y experiencias de aprendizaje que el/la alumno/a debe realizar, a través de ellas se compaginan los contenidos para conseguir los objetivos. No deben dirigirse sólo a ser aplicaciones o confirmaciones de los contenidos, sino que han de posibilitar que alumno/a conciba soluciones nuevas y que produzca su propio conocimiento.

En el proceso educativo vamos a concretar diferentes tipos de actividades de aprendizaje, siguiendo a **IBERNÓN (1992)** y **VIDAL Y MANJÓN (1993)**, estas son:

- ♦ **Actividades de Evaluación de conocimientos previos**. Para establecer un nivel real de partida de los contenidos a desarrollar. (*Las preguntas abiertas o el Torbellino de ideas*).
- ♦ **Actividades de introducción – motivación**. Para introducir al alumno en la nueva Unidad Didáctica, creándole un cierto interés. (*Los interrogantes previos o las imágenes fijas*).
- ♦ **Actividades de desarrollo o de aprendizaje**. Son las más habituales y las que van a ocupar un mayor porcentaje en la tarea educativa. Encontramos actividades encaminadas al aprendizaje de conceptos [*Proyección de vídeo, Pruebas de reconocimiento (verdadero – falso, de elección múltiple), Debates,...*] y otros encaminados al aprendizaje de procedimientos (*Análisis de documentos, trabajos monográficos,*

resolución de supuestos prácticos, ejercicios prácticos,...). Las actitudes se van a trabajar y aprender a través de las propias actividades anteriores.

♦ **Actividades de apoyo.** Para los alumnos que no han asimilado los contenidos o los que tienen capacidad para continuar construyendo sus conocimientos. Encontramos **2 tipos**:

- **De refuerzo:** Descompuestas en los pasos fundamentales.
- **De ampliación:** Actividades con un nivel superior de elaboración y autonomía.

♦ **Actividades de Evaluación y/o de comprobación.** Para evaluar o comprobar los conocimientos o aprendizajes adquiridos por el alumno/a. Generalmente, se emplean actividades de las de desarrollo o aprendizaje.

C.2. ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA:

Para conseguir el objetivo de la acción educativa no basta con que los alumnos realicen una serie de actividades, sino que interactuando con ellos el/la profesor@ tiene que llevar a acabo también una serie de actuaciones o actividades para guiar el trabajo de l@s alumn@s, las cuales han de responder a su papel como mediador, motivador y guía del aprendizaje. En este sentido destacamos las siguientes:

♦ **Mostración:** El/la maestro/a muestra una habilidad o ejecuta una tarea de manera práctica, como modelo para que el alumno la reproduzca posteriormente.

♦ **Planteamiento:** El/la profesor/a plantea una situación – problema, introductoria o contradictoria, para que los alumnos busquen la información necesaria y lleguen a alguna conclusión. Esta acción se aplica en actividades en las que se emplea la resolución de problemas.

♦ **Orientación:** El/la profesor/a da pautas, instrucciones, pistas,.. para que los alumnos realicen una tarea, o mientras la están realizando busquen una información. Se aplica en actividades planteadas a través del Descubrimiento guiado.

♦ **Retroalimentación:** El/la profesor/a señala al alumno sus aciertos y errores en la tarea o en el proceso seguido o en la estrategia utilizada e indica cómo subsanar los errores u obtener mejores resultados.

♦ **Evaluación:** El/la profesor/a valora y califica el aprovechamiento del alumno, tomando nota sobre ello. Se aplica a todas las actividades y más en concreto en aquellas que el profesor utilice como actividades de evaluación.

C.3. ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES Y COMPLEMENTARIAS.

Es algo reconocido la contribución de las actividades extraescolares para lograr una formación plena de l@s alumn@s. Este tipo de actividades permite una mayor participación del alumnado en la gestión, organización y realización de las actividades, desarrollando valores relacionados con la socialización, la participación, la cooperación, el respeto a las opiniones de los demás y la asunción de responsabilidades.

Por todo ello, a estas actividades le damos en nuestra Materia un papel importante, considerándolas necesarias para un trabajo adecuado y debiendo programarse y realizarse según lo recogido en el **Proyecto Curricular del Centro**.

Actividades propuestas para este curso:

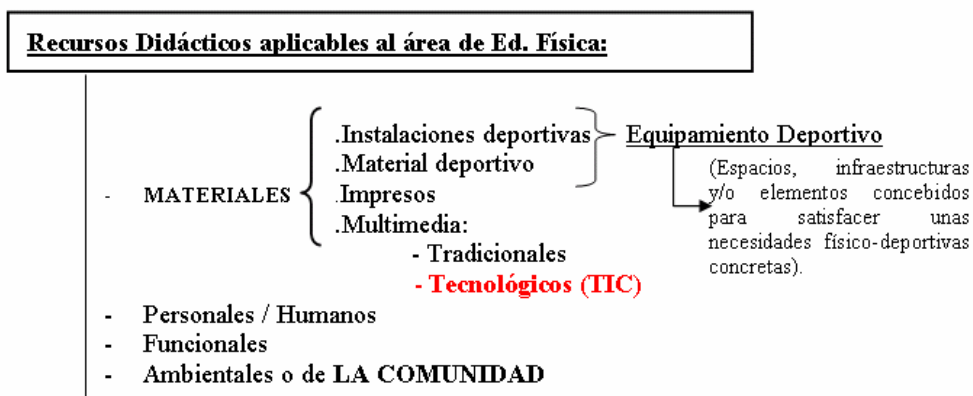
ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS	CURSOS
• Día del juego. Consiste en la celebración de una o dos jornada en la cual el protagonista es el juego.	1º, 2º, 3º, 4º
• Ruta a pie por entornos naturales de la provincia de Cádiz, así como otro tipo de actividades tales como escalada, orientación, bicicleta. , piragüismo.	1º, 2º, 3º, 4º
• Participación en actividades relacionadas con el medio natural en el Centro de Recursos Medioambientales del Puerto de Santa María.	1º, 2º, 3º, 4º
• Participación en actividades deportivas organizadas por otros centros.	1º, 2º, 3º, 4º
• Asistencia a algún evento deportivo de importancia que se produzca en la zona.	1º, 2º, 3º, 4º
• Iniciación al paddle en Club Deportivo “La Isleta”.	1º, 2º, 3º, 4º
• Iniciación al Golf en un club del municipio.	1º, 2º, 3º, 4º
• Actividades deportivo-recreativas en la playa.	1º, 2º, 3º, 4º

<ul style="list-style-type: none"> • Jornada multideportiva en las instalaciones del Decathlon. • Participación en los talleres dentro de la oferta Municipal Educativa del Puerto de Santa María. • Competiciones multideportivas en el recreo. • Participación y organización en “ la carrera solidaria” promovida por la ONG “ save the children”. • Propiciar charlas u otro medio de información acerca de temas que consideremos de interés, temas de salud., deportivos, sociales... • Actividades suscritas por el departamento de actividades extraescolares en la oferta municipal cultural del ayuntamiento del Puerto de Santa María 	1º, 2º, 3º, 4º 1º, 2º, 3º, 4º 1º, 2º, 3º, 4º 1º, 2º, 3º, 4º 1º, 2º, 3º, 4º 1º, 2º, 3º, 4º
ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES	
<ul style="list-style-type: none"> • Senderismo en la Sierra de Cádiz. • Orientación en la Sierra de Cádiz. • Semana blanca en Sierra Nevada. • Actividades acuáticas en la provincia de Cádiz. • Cualquier actividad que esté organizada por la Junta de Andalucía y que nos parezca interesante. 	1º, 2º 3º, 4º 1º, 2º, 3º, 4º 3º, 4º 1º, 2º, 3º, 4º

El desarrollo y concreción de estas actividades serán llevadas a cabo en un **Proyecto de Actividad** facilitado por el Centro según modelo establecido en el **ROF**.

D. RECURSOS Y MATERIALES DIDÁCTICOS:

Los **recursos didácticos** son los **MEDIOS** que sirven **como instrumentos** para realizar el desarrollo curricular y para llevar a cabo el proceso de E-A: todos los instrumentos y medios usados por el profesor y/o alumno durante el diseño del proceso y de la práctica educativa.



D.1. CRITERIOS PARA SU SELECCIÓN

Los recursos que se emplean en el aula son cada día más numerosos. Por ello, debemos tener en cuenta una serie de criterios que nos sirvan de guía para seleccionar.

1. El más importante de ellos es el de **su potencialidad didáctica**, en la medida que los recursos didácticos han de estar al servicio del proyecto educativo y no al revés.

2. Debe **existir coherencia** entre el modelo didáctico, el tipo de recursos que estamos utilizando y la función que se les encomienda. La elección del mejor medio dependerá en particular de su relación con los Documentos del centro y dentro de ellos con los elementos particulares de la planificación didáctica: objetivos, contenidos, actividades...

3. La **adaptabilidad del recurso al contexto**, ya que en muchas ocasiones un determinado material da buenos resultados en un contexto y en otros no. Además, y de acuerdo con lo que indicó la Secretaria de Estado de Educación (1992), deben evitar planteamientos discriminatorios (raza, sexo, religión).

E. ASPECTOS ORGANIZATIVOS:

El **soporte de la acción educativa** es la organización en tanto que va a invitar a determinadas acciones, **va a facilitar** determinadas actitudes y va a condicionar determinados tipos de relaciones.

El **objetivo principal** es construir el mejor clima, de manera que posibilite la comunicación más variada y rica en el grupo de clase, **fomentando de forma particular el trabajo cooperativo**.

E.1. LA ORGANIZACIÓN DEL ESPACIO:

Teniendo en cuenta la naturaleza de nuestra materia, normalmente utilizamos diversos espacios, entre ellos podemos destacar:

1. El espacio de clase: el aula no debe ser el único referente espacial para el trabajo educativo; es importante que el profesorado tenga en cuenta las demandas que plantea la Materia y busque soluciones que permitan aprovechar todos los espacios disponibles.

2. Otros espacios: El espacio se debe tomar desde una perspectiva más amplia, considerando que el espacio a planificar es el propio centro y no sólo el patio o pista polideportiva. Estos otros espacios pueden ser variados y dependen de las infraestructuras del centro. Estos espacios tienen que organizarse de manera funcional para crear una dinámica cómoda y eficaz, planteándolos siempre con fines educativos. *Algunos de estos espacios que vamos a utilizar en este centro son: aulas didácticas (de informática, plástica, audiovisuales), parques naturales, instalaciones deportivas del municipio, etc.*

E.2. LA ORGANIZACIÓN DEL TIEMPO:

Existen **factores que influyen en la distribución del tiempo**: edad de l@s alumn@s, características del grupo, personalidad y formación de cada profesional, organización general del instituto... Teniendo en cuenta estos factores, y sin olvidar que la organización del tiempo responde a una concepción pedagógica determinada, debemos atender a unos **criterios generales** que pueden ayudar a realizar una planificación temporal que responde a una concepción educativa.

E.3. LA ORGANIZACIÓN DE LOS/AS ALUMNOS/AS:

El trabajo de grupo tiene como finalidad principal la de garantizar al individuo la **mejor utilización y expresión de todas las posibilidades** personales, sin demasiados condicionamientos e inhibiciones y la de contribuir cada uno a ayudar y cooperar con los otros miembros del grupo, favoreciendo así los **efectos socializadores** que se exigen al trabajo escolar.

Criterios para el agrupamiento de los alumn@s:

a) El tratamiento de los contenidos así como la metodología de nuestro sistema educativo exige utilizar en el trabajo educativo los distintos tipos de agrupamiento. Se decidirá **en función del tipo de actividad** a realizar, combinando las distintas posibilidades para aportar mayor enriquecimiento a los alumnos/as. Así en algunos momentos puede ser más adecuado el **trabajo en gran grupo** (puestas en común...) en otros es más indicado el **trabajo en pequeño grupo** (elaboración de murales...). Así mismo hay contenidos para los que el **trabajo individual** es imprescindible.

b) **En la formación de grupos:** la libre elección por parte del alumno, los objetivos, los contenidos, las tareas que se propongan; en otras ocasiones el profesor decidirá en función de los aspectos mencionados.

c) Los **grupos de homogéneos o los heterogéneos**: son criterios que pueden ser considerados, dependiendo del trabajo y de la intención que nos planteemos.

d) Es conveniente utilizar **diversas técnicas**, entre las que destacamos: *Actividades lúdicas, Tormenta de ideas, Acuario...*

V. ATENCIÓN AL ALUMNADO CON CARACTERÍSTICAS EDUCATIVAS ESPECÍFICAS

La Diversidad es **inherente al desarrollo humano**, debiéndose, por tanto, considerar como **normal** que el grupo de niños con los que se trabaja sea diverso. La situación legal de dicho fenómeno será la contemplada, a priori, en el **Capítulo I del Título II de la LOE**, el que nos regule y vincule en esta parte de la Programación, donde considera la **ATENCIÓN DEL ALUMNADO CON NECESIDADES ESPECÍFICAS DE APOYO EDUCATIVO** a todos aquellos alumnos/as con *necesidades educativas especiales* junto a los alumnos **extranjeros** y los alumnos **superdotados** intelectualmente.



La escuela tiene que dar respuesta a esta diversidad de los alumnos/as. De hecho, la atención a la diversidad es uno de los *pilares básicos* sobre los que se asienta el *actual Sistema Educativo*. La diversidad que me planteo se centra en una alumna de 3º E.S.O. que presentan graves dificultades de visión. También nos centraremos en los alumnos/as que forman parte del programa de diversificación curricular.

A. ATENCIÓN A LA LA DIVERSIDAD EN EL AULA:

En **primer lugar**, considerar que el **trabajo** con estos alumnos/as **lo debe realizar**, de manera paralela y/o complementaria tanto el profesor/a –tutor/a con cada uno de los profesores/as en las actividades ordinarias y apoyados por el Equipo de Orientación y de Apoyo.

En **segundo lugar**, dejar bien claro que, **toda actuación** con los alumnos/as con necesidades específicas de apoyo educativo, pretenderá alcanzar los objetivos y contenidos elaborados para el grupo.

En **tercer lugar**, tener en cuenta que las diversas medidas de actuación hay que plantearlas en todos los niveles de planificación del centro: PEC, PCC, Programaciones de la Materia, Programaciones de aula y Adaptaciones Curriculares individuales.

A. ADECUACIÓN DE LOS ELEMENTOS BÁSICOS DEL CURRÍCULO

❖ Para la atención a la diversidad del aula:

1.- Qué enseñar (objetivos y contenidos).

Al adecuar la secuencia de objetivos y contenidos a las peculiaridades del aula, tener presentes las necesidades educativas especiales de los alumnos/as. Las decisiones sobre qué realizar en el aula son las mismas que se proponen para la elaboración del Proyecto Curricular de Etapa: matización, introducción y dar prioridad a determinadas capacidades o ámbitos de conocimiento. *Cuando en la Propuesta Curricular de Ciclo no se hayan introducido determinadas capacidades y contenidos necesarios para favorecer la respuesta educativa a los alumnos/as con necesidades especiales* del mismo, en este caso siempre existe la posibilidad de que sea el profesor de aula el que toma esta decisión, en función de las necesidades educativas especiales de los alumnos/as.

2.- Qué evaluar (criterios de evaluación).

Al adecuar los criterios de evaluación a las peculiaridades de aula, tener presentes las necesidades educativas especiales de los alumnos/as.

Puede suceder que al elaborar los criterios de evaluación que forman parte del Proyecto Curricular no se hayan tenido en cuenta suficientemente las NEE de los alumnos/as, o puede suceder que, aunque se hayan tenido en cuenta, no sean suficientes para las dificultades que pueden presentar los alumnos/as del aula, por lo que puede ser necesario volver a tomar algunas decisiones al respecto.

3.- Cómo enseñar (metodología).

a) Estrategias de Enseñanza-Aprendizaje.

- Potenciar el uso de técnicas y estrategias que favorezcan la experiencia directa, la reflexión y la expresión.
- Introducir/utilizar en la práctica cotidiana el sistema que utilicen los alumnos/as con N.E.E.
- Introducir/potenciar la utilización de técnicas que promueven la ayuda entre alumnos/as, consiguiendo que los alumnos/as con necesidades educativas participen de manera activa.
- Utilizar estrategias para centrar/focalizar la atención del grupo.
- Diseñar actividades amplias, que tengan diferentes grados de dificultad y que permitan diferentes posibilidades de ejecución y de expresión.
- Establecer momentos en los que confluyan diferentes actividades dentro del aula.
- Que entre las actividades docentes “ordinarias” y las de apoyo no exista una frontera delimitada.

b) Agrupamientos.

- Combinar agrupamientos heterogéneos con otros de carácter más homogéneo.
- Aprovechar las actividades de gran grupo para mejorar el clima y la relación de los alumnos/as.
- Utilizar los agrupamientos más espontáneos para mejorar las relaciones entre los alumnos/as.

c) Materiales.

- Seleccionar material para el aula que pueda ser utilizado por todos los alumnos/as.
- Adaptar materiales de uso común.
- Ubicar los materiales de forma que se favorezca el acceso autónomo de los mismos.
- Informar a los alumnos/as sobre el uso del material que existe en el aula, incluido el específico.

d) Espacios y Tiempos.

- Designar espacios concretos para apoyos específicos fuera del aula.
- Distribuir adecuadamente el espacio para compensar determinadas dificultades
- Reducir al máximo el nivel de ruido en el aula.
- Distribuir el tiempo de los profesionales de apoyo a los alumnos/as que precisan su atención directa.

4.- Cómo evaluar (*Procedimientos e instrumentos*).

- Utilizar procedimientos e instrumentos de evaluación variados y diversos.
- Elaborar pruebas e instrumentos adecuados a la realidad del aula.

En el caso de la evaluación de los alumnos/as, los procedimientos e instrumentos más frecuentes serán las pruebas pedagógicas, registros de observación y hojas de seguimiento.

VI. ACTIVIDADES EN LAS QUE EL ALUMNADO DEBERÁ LEER, ESCRIBIR Y EXPRESARSE DE FORMA ORAL

- Se incidirá en la comprensión y conocimiento de los fundamentos básicos asociados a la SALUD por medio de diferentes WEBQUESTS. Por otro lado, con dicho recurso educativo se favorecerá también la comprensión verbal y la corrección en la expresión escrita. Esta propuesta irá dirigida para los cuatro cursos de la E.S.O. , seleccionando diferentes grados de dificultad para cada uno de los cursos.
- Visionado de programas o documentales deportivos, competiciones deportivas y artículos escritos relacionados con la actividad física en los que el alumno/a se centre en el reconocimiento de palabras clave e ideas principales, extracción de las ideas secundarias, distinción de las intenciones implícitas y reconocimiento de los rasgos de la modalidad lingüística andaluza. Esta propuesta se dirigirá a los alumnos de 3º-4º E.S.O.
- Desarrollo y dirección en pequeños grupos de alumnos/as de una sesión práctica de acondicionamiento físico relacionado directamente con la mejora de su salud. Se pretende así que los alumnos/as perfeccionen sus destrezas verbales. Esta alternativa se destina a los alumnos/as de 3º y 4º de E.S.O.
- Siguiendo con el mismo fin de la anterior propuesta, se incidirá en el uso de Estilos de Enseñanza tales como la microenseñanza (un alumno/a enseña a un pequeño grupo de compañeros/as) y Enseñanza Recíproca (un alumno/a enseña a otro compañero/a). Dicha propuesta se centrará en los cuatro cursos de la E.S.O.

VII. CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS BÁSICAS. CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE LAS MISMAS.

He situado el análisis de las competencias básicas al final de la programación porque considero que todos los elementos de ésta deben buscar una misma finalidad: **DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS BÁSICAS.**

La incorporación de competencias básicas al currículo (*R.D. 1631/2006, Anexo I, a partir del marco de una propuesta realizada por la Unión Europea*) permite poner el acento en aquellos aprendizajes que se consideran imprescindibles, desde un **planteamiento integrador y orientado a la aplicación de los saberes adquiridos**. De ahí su *carácter básico*. Son aquellas **competencias que debe haber desarrollado un joven o una joven al finalizar la enseñanza obligatoria para poder lograr su realización personal, ejercer la ciudadanía activa, incorporarse a la vida adulta de manera satisfactoria y ser capaz de desarrollar un aprendizaje permanente a lo largo de la vida**.

La inclusión de las competencias básicas en el currículo tiene varias finalidades. En primer lugar, integrar los diferentes aprendizajes, tanto los formales, incorporados a las diferentes Materias, como los no formales. En segundo lugar, **permitir a todos los estudiantes integrar sus aprendizajes, ponerlos en relación con distintos tipos de contenidos** y utilizarlos de manera efectiva cuando les resulten necesarios en diferentes situaciones y contextos. Y, por último, **orientar la enseñanza, al permitir identificar los contenidos y los criterios de evaluación que tienen carácter imprescindible y, en general, inspirar las distintas decisiones relativas al proceso de enseñanza y de aprendizaje**.

Así, pues, por medio de la Educación Física, pretendemos que todos los alumnos/as de nuestro centro adquieran las competencias básicas establecidas.

De manera directa y clara, la materia de **Educación Física** contribuye a la consecución de las siguientes competencias básicas:

Competencias Básicas	Contribución desde la Educación Física	
	CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE LAS COMPETENCIAS	
Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico	Mostrando conocimientos y destrezas sobre el funcionamiento del cuerpo y los hábitos saludables que acompañarán a los jóvenes más allá de la educación obligatoria. La actitud reflexiva, crítica y responsable ante los estereotipos sociales, modas y consumo, reforzarán el logro de esta competencia.	
	Aportando criterios para el mantenimiento y mejora de la resistencia aeróbica, fuerza-resistencia y flexibilidad.	
	Colaborando en un uso responsable del medio natural a través de la orientación, cicloturismo, acampada y escalada, como actividades físicas realizadas en la naturaleza.	
Competencia social y ciudadana	Desde el rugby, voleibol, balonmano..., juegos tradicionales (del barrio, de Andalucía y del mundo) y juegos recreativos (pelotas y malabares). Y desde las danzas actuales, latinas y del folklore andaluz.	Facilitando la integración y fomentando el respeto, contribuyendo al desarrollo de la cooperación, la igualdad y el trabajo en equipo.
Competencia de Autonomía e iniciativa personal	Integrándose en el proyecto común de equipo aceptando las diferencias y limitaciones de los participantes y siguiendo las normas democráticas en la organización del grupo asumiendo sus propias responsabilidades.	
	Tomando protagonismo en la organización de competiciones deportivas en el centro.	
	Enfrentando al alumnado a <i>situaciones</i> en las que debe manifestar auto-superación, perseverancia y actitud.	
Competencia de Autonomía e iniciativa personal	Uso de fichas de autoevaluación en algunos contenidos (malabares), para ir fomentando la autonomía y el trabajo personal.	

	Uso de la evaluación recíproca en algunos contenidos (batuka, aeróbic, sevillanas, cha-cha-cha y merengue) para fomentar la responsabilidad y la autocritica, haciéndose responsables de la valoración de las conductas de sus compañeros/as
Competencia cultural y artística	Reconociendo y valorando la práctica del rugby, voleibol, balonmano..., juegos tradicionales andaluces, danzas actuales (aeróbic), danzas latinas (cha-cha-cha, merengue) y danzas del folclore andaluz (sevillanas), como manifestaciones culturales de la motricidad humana y considerándolos como parte del patrimonio cultural de Andalucía.
	Explorando y utilizando las posibilidades y recursos (toma de conciencia y sensibilización del propio cuerpo; espontaneidad y técnica corporales; las relaciones con el medio circundante: objetos; las relaciones con los otros; la percepción y estructuración del espacio-tiempo) como manifestaciones expresivas del cuerpo y movimiento.
	Interpretación correcta de planos y mapas, así como la elaboración por parte de los propios alumnos/as de planos sencillos.
	Adquiriendo una actitud abierta y respetuosa ante el fenómeno deportivo como espectáculo, mediante el análisis y la reflexión crítica ante la violencia en el deporte u otras situaciones contrarias a la dignidad humana que en él se producen.
Competencia para aprender a aprender	Ofreciendo recursos para la planificación de <i>deportes y mejora de la Condición Física</i> a partir de un proceso de experimentación, y siendo capaz de regular su propio aprendizaje y práctica en su tiempo libre, de forma organizada y estructurada.
	Fomentando el desarrollo de técnicas de estudio (subrayado, esquemas, ...) en el tratamiento de la parte conceptual de la materia.
Competencia en comunicación lingüística	Ofreciendo una variedad de intercambios comunicativos y a través del vocabulario específico que aporta.
	Elaborando un cuaderno de clase, el cual tendrá una revisión y corrección por parte del profesor en la ortografía y el control de la expresión.
	Desarrollando la expresión y comunicación oral, mediante la explicación de ciertos ejercicios creados por ellos mismos a sus compañeros, dirección de calentamientos...
	Elaborando trabajos escritos relacionados con los contenidos de la materia.
Competencia matemática	Controlando estadísticamente con los resultados obtenidos de las pruebas de condición física-salud..
	Cuantificando las puntuaciones en diferentes juegos y deportes.
	Calculando distancias, grados en la brújula, a través de los juegos y actividades de orientación.
	Haciendo uso de operaciones elementales y cálculos a través de usos de pulsómetros y cálculos de frecuencias cardiacas.
Tratamiento de la información y competencia digital	Haciendo uso de la posibilidad de: <ul style="list-style-type: none"> - Buscar información y trabajar contenidos a través de Internet. - Usar las tecnologías de la información y comunicación para recabar y analizar la información. y poder valorar de forma crítica los mensajes referidos al cuerpo y a la salud.

VIII. TRABAJOS MONOGRÁFICOS INTERDISCIPLINARES

Los alumnos/as deberán realizar trabajos monográficos relacionados con las actividades **prácticas** e interdisciplinares que a continuación se especifican:

- Piragüismo y cicloturismo en el parque natural de los Toruños (Departamento de E.F. , Matemáticas y CCNN).
- Primeros auxilios (Departamento de E.F. y CCNN).
- Gymkhana matemática (Departamento de Matemáticas y E.F.).

IX. BIBLIOGRAFÍA

La **BIBLIOGRAFÍA con la que termino mi Programación tiene un doble sentido**:

1º. **Fundamentar** todos los planteamientos realizados en cada una de las partes de la misma.

2ª. **Servir como referencia** para llevar a cabo y mejorar mi práctica educativa.

No intento presentar una bibliografía exhaustiva ni demasiado amplia, prefiero *limitarme a algunas citas bibliográficas* que considero importantes y que, sobre todo, **responden a mi Programación**. En cuanto a **su estructura**, la he considerado de un modo más amplio al que tradicionalmente se le suele dar: por ello no sólo voy a incluir la **Bibliografía Didáctica** (trata de los diversos aspectos tratados en la Programación), sino que además he planteado otros bloques: las **Disposiciones Legales y la Utilización de las TIC** en Educación Física, con la finalidad de enriquecer mi trabajo, entre otras cosas. **Y, además, diferenciando Bibliografía de Departamento y de Aula**

A. BIBLIOGRAFÍA DE DEPARTAMENTO:

A.1. BIBLIOGRAFÍA DIDÁCTICA

A.1.1. DIDÁCTICA GENERAL Y DE EDUCACIÓN FÍSICA:

- GOMENSORO, A. (2002). "El Currículum en Educación Física" en Revista Nexo Sport.
- PALACIOS, J., MARCHESI, A., y COLL, C. [COMPILACIÓN]. (2001). "Desarrollo psicológico y educación." Volumen II. Psicología de la Educación. Ed. Alianza. Madrid.
- FLORENCE, JACQUES (2000). "Objetivos para la formación didáctica en tareas significativas en educación física escolar." Ed. INDE. Barcelona.

A.1.2. PROGRAMACIÓN Y CURRÍCULO:

- VICIANA RAMÍREZ, J., (2002). "Consideraciones sobre la planificación en Educación Física", en Planificar en Educación Física. INDE. Barcelona.
- SICILIA, A.; DELGADO, M. A. (2002). Educación Física y estilos de enseñanza. Inde. Barcelona.
- GIMENO SACRISTÁN, J. y PÉREZ GÓMEZ, A.I. (1992). "Comprender y transformar la enseñanza". Morata. Madrid.

A.1.3. BLOQUES DE TRABAJO:

JUEGOS:

- COLADO SÁNCHEZ, J. C. (2002). "Fundamentos de los deportes y de la condición física en el centro escolar". Club Universitario. Alicante.
- BLÁZQUEZ, D. (1995). "La iniciación deportiva y el deporte escolar". INDE. Barcelona.

ACTIVIDAD FÍSICA EN EL MEDIO NATURAL:

- CASTRO, C. y OTROS. (2001). "Entorno y juego cooperativo: propuestas para el medio natural" en Actas del I Congreso de Actividades Físicas Cooperativas. Ed. La Peonza Publicaciones. Valladolid.

EXPRESIÓN CORPORAL:

- ÁLVAREZ BARRIO, Mª J. (2003). "La comprensión de los gestos corporales básicos en el ámbito de la expresión corporal". Tándem, nº 13; Barcelona.

APRENDIZAJE COOPERATIVO:

- FERNÁNDEZ RÍO, J. (2003). "El aprendizaje cooperativo en el aula de educación física". Análisis comparativo con otros sistemas de enseñanza y aprendizaje. Ed. La Peonza Publicaciones. Valladolid.
- RODRÍGUEZ GIMENO, J. M. y PUENTE FRA, E. (2001). "El aprendizaje cooperativo en educación física", en Actas del I Congreso de Activ. Físicas Cooperativas. Ed. La Peonza Publicaciones. Valladolid.

LA COEDUCACIÓN:

- LINARES, P. L. (1994). "Fundamentos psicoevolutivos de la Ed. Física Especial". Univ. Granada.
- SUBIRATS, M. y BRULLET, C. (1988). "Rosa y Azul. La transmisión de los géneros en la escuela mixta". Ministerio de Cultura, Instituto de la Mujer. Madrid.

A.1.4. TEMAS TRANSVERSALES:

- **VELÁZQUEZ, C. y FERNANDEZ, M. I. (2002).** *“Educación Física para la Paz, la vivencia y la integración”*. Ed. La Peonza Publicaciones Valladolid.
- **LLEIXÀ, T. [coord.] (2002).** *“Multiculturalismo y Educación Física”*. Ed. Paidotribo. Barcelona.

A.1.5. EVALUACIÓN:

- **FRAILE ARANDA, A. (2004).** *“Didáctica de la educación física: una perspectiva crítica y transversal”*. Ed. Biblioteca Nueva. Madrid.
- **LÓPEZ PASTOR, V.M. (1999).** *“Educación Física, Evaluación y Reforma”*. L. Diagonal. Segovia.

A.1.6. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD:

- **GONZÁLEZ MANJÓN, D. (2002).** *“Las dificultades de aprendizaje en el aula”*. Edebé. Barcelona
- **BERNAL RUIZ, J.A. (2002).** *“El profesor de Ed. física y el alumno sordo”*. Wanceulen. Sevilla.

A.2 BIBLIOGRAFÍA REFERENTE A DISPOSICIONES LEGALES

- *LEY ORGÁNICA 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.*
- *REAL DECRETO 1631/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas correspondientes a la Educación Secundaria Obligatoria.*
- *DECRETO 231/2007, de 31 de julio, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas correspondientes a la educación secundaria obligatoria en Andalucía.*
- *ORDEN de 10 de agosto de 2007, por la que se desarrolla el currículo y la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria en Andalucía.*

A.3. BIBLIOGRAFÍA RELACIONADA CON LA UTILIZACIÓN DE LAS TIC

- **GARGALLO LÓPEZ, B. y SUÁREZ RODRÍGUEZ, J. (2003).** *“La integración de las nuevas tecnologías en los centros: una aproximación multivariada”*. Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, Subdirección General de Información y Publicaciones. Madrid

B. BIBLIOGRAFÍA DE AULA

B.1. DIDÁCTICA DE LA EF

- **CAMERINO, O. Y CASTAÑER, M. (2000):** *Guía Praxis para el profesorado de Ed. Física. Contenidos, Actividades y Recursos...* Praxis. Barcelona.
- **LÓPEZ DE VIÑASPRE, PABLO (DIRECCIÓN DE LA OBRA) [2002]:** *Manual de educación física y deportes: técnicas y actividades prácticas*. Océano, Barcelona.
- **MORÁN ESQUERDO, OSCAR (COORDINADOR); DOMÍNGUEZ RODRÍGUEZ, MARÍA JESÚS (AUTORES),... [ET AL.] [2002]:** *Sesiones educación física: E.S.O. Pila Teleña, Alpedrete.*

B.2. BLOQUES DE TRABAJO:

- **LECETA AULESTIA, FRANCISCO JAVIER [DIBUJOS] (2002):** *Fichero de juegos dinámicos de interior INDE*, Barcelona.
- **MARTÍNEZ MALDONADO, FRANCISCO JAVIER (2003):** *Juegos de cooperación y oposición para la escuela*. Wanceulen, Sevilla.
- **FRAILE, A. (coord..) (2001):** *Actividad física jugada: una propuesta educativa para el deporte escolar*. Editorial Marfil. Colección educación física y deporte. Alcoy.
- **GONZÁLEZ SANZ, J. A. (2002).** *“Actividades físicas en la naturaleza”*. Cuadernos de Pedagogía, nº 312; pp. 26-28. Barcelona.
- **VICIANA, V. y ARTEAGA, M. (1997).** *“Actividades coreográficas en la escuela”*. INDE. Barcelona.
- **MARÍA DEL MAR ORTIZ CAMACHO (2002):** *Expresión corporal: una propuesta didáctica para el profesorado de educación física* / [Granada] : Grupo Editorial Universitario,
- **SÁNCHEZ CALA, VÍCTOR MANUEL (2003).** *Curso de la Expresión Corporal en los Ciclos Formativos*. CEP de Jerez.

B.3. TRANSVERSALIDAD

- MARTA CARRANZA, JOSEP M. MORA (2003): **Educación física y valores: educando en un mundo complejo: 31 propuestas para los centros escolares** / Barcelona: Graó.

B.4. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

- MERCHE RÍOS HERNÁNDEZ (2003): **Manual de educación física adaptada al alumnado con discapacidad** / Barcelona: Paidotribo

B.5. LIBROS DE TEXTO

- FERNÁNDEZ, F.J., ROS, I. Y VERA, A.: **Educación física. Libro cuaderno de patio**. Pila-Teleña. Ed. Bruño. Madrid.

B.6 . REVISTAS

- TANDEM. Didáctica de Educación Física. Barcelona. Graó
- *Revista de educación física: Renovar la teoría y práctica. La Coruña. Boidecanto*

B.7. PÁGINAS WEBS.

- www.efdeportes.com
- www.deporteyciencia.com.
- www.cuerpoymovimiento.com.
- www.pulevasalud.com.

ANEXO I. RECUPERACIÓN DE ASIGNATURAS PENDIENTES.

Los alumnos/as a los que les quede pendiente la E.F. de cursos anteriores podrán superarla mediante dos mecanismos:

1. Presentación de un trabajo monográfico en el que se incluyan los contenidos desarrollados en cursos previos.

El profesor que le imparta la E.F. en el curso corriente, durante el mes de Octubre, le informará al alumno/a del contenido del trabajo a realizar, apuntándoselo en su agenda personal con el fin de que sus padres se den por informados de dicho contenido y la fecha de entrega. La agenda se la deberá enseñar el alumno al profesor firmada por el padre/madre.

El trabajo constará de tres partes: una capacidad física básica a elegir, un baile o danza a elegir y por último un deporte en función del curso a recuperar:

- En 1º de ESO: atletismo.
- En 2º de ESO: baloncesto.
- En 3º de ESO: voleibol.

La fecha tope para entregar el trabajo será el 3 de Mayo de 2013.

Los trabajos se realizarán a mano, excepto la portada, el índice y la bibliografía que lo podrán hacer a ordenador si lo desean. Consistirán de un mínimo de 30 carillas, incluyendo la portada, índice y bibliografía.

2. Observación sistemática y continua de la evolución ordinaria de los contenidos de las UD's que mayor afinidad lógica-psicológica y transferencia horizontal posean respecto a las UD's que se desarrollen en el curso corriente.

ANEXO II. CRITERIOS DE EVALUACIÓN.

Constituye como un **elemento fundamental** del proceso de enseñanza y de aprendizaje, ya que gracias a ella conoceremos y valoraremos los diferentes aspectos que se dan en la tarea educativa y de esta forma podremos actuar sobre este proceso para **regularlo y mejorarlo** (Orden del 10/08/2007 sobre Eval. ESO en Andalucía)

Con ella verificaremos si el proceso de Enseñanza - Aprendizaje responde a los **criterios establecidos, conociendo y valorando si nuestros alumnos/as han superado correctamente los objetivos planteados para este curso.**

Los criterios de evaluación **establecen el tipo** (qué) y **el grado** (nivel) del aprendizaje que nuestros alumnas/os deberán haber alcanzado, **con respecto a** las capacidades contempladas en los objetivos. **Son como los indicadores que nos señalan qué aprendizaje se ha realizado y en el grado que éste se ha realizado.**

Señalan **los aprendizajes esenciales** que la Administración Educativa ha determinado para que sean **alcanzados por los alumnos/as**. Pero, también, son **indicadores de grado**, es decir, de la **profundidad o amplitud** de lo que se tiene que aprender.

Esto supone para los docentes un **instrumento de individualización** de la enseñanza y de **la atención a la diversidad**. De forma que podremos comprobar lo que los/as alumnos/as han aprendido según sus características individuales, debido a que **la adquisición del aprendizaje debe permitir diferentes grados de consecución.**

En el Currículo vienen establecidos los CRITERIOS PARA TODA LA ETAPA. Por lo tanto, lo que hay que hacer desde la **Materia de Educación Física** al realizar la **Programación** es una **tarea doble:**

- **Concretarlos y distribuirlos para cada uno de los cursos, por un lado, y**
- **Realizar un análisis adecuado de ellos, para que me sirvan de referencia.**

A.- CRITERIOS DE EVALUACIÓN (1º, 2º, 3º y 4º de E.S.O.)

Al final del curso los/as alumnos/as han de haber alcanzado los objetivos pretendidos...

1º E.S.O.

- Recopilando actividades, juegos, estiramientos y ejercicios de movilidad articular y estiramiento apropiados para el calentamiento y realizados en clase.
- Identificando los hábitos higiénicos y posturales saludables relacionados con la actividad física y con la vida cotidiana.
- Incrementando las cualidades físicas relacionadas con la salud trabajadas durante el curso respecto a su nivel inicial.
- Mejorando la ejecución de los aspectos técnicos fundamentales del atletismo, aceptando el nivel alcanzado.
- Realizando la acción motriz oportuna en función de la fase de juego que se desarrolle, ataque o defensa, en el fútbol y balonmano.
- Elaborando un mensaje de forma colectiva, mediante técnicas como el mimo, el gesto, la dramatización o la danza y comunicarlo al resto de grupos.
- Siguiendo r las indicaciones de las señales de rastreo en un recorrido por el centro o sus inmediaciones.

2º E.S.O.

- Incrementando la resistencia aeróbica, fuerza y la flexibilidad respecto a su nivel inicial.
- Reconociendo a través de la práctica, las actividades físicas que se desarrollan en una franja de la frecuencia cardíaca beneficiosa para la salud.
- Mostrando autocontrol en la aplicación de la fuerza y en la relación con el adversario, ante situaciones de contacto físico en juegos y actividades de lucha.
- Manifestando actitudes de cooperación, tolerancia y deportividad tanto cuando se adopta el papel de participante como el de espectador en la práctica del baloncesto, voleibol y hockey.
- Creando y poniendo en práctica una secuencia armónica de movimientos corporales a partir de un ritmo escogido.

- Realizando de forma autónoma un recorrido de sendero cumpliendo normas de seguridad básicas y mostrando una actitud de respeto hacia la conservación del entorno en el que se lleva a cabo la actividad.

3º E.S.O.

- Recopilando y dirigiendo, habitualmente y de forma autónoma, actividades, *juegos y ejercicios de movilidad articular e incremento vegetativo*, para el calentamiento y la vuelta a la calma.
- Relacionando *las actividades físicas* con los efectos que producen en los diferentes parámetros fisiológicos, aparatos y sistemas del cuerpo humano, especialmente con aquéllos que son más relevantes para la salud.
- Conociendo y mejorando los niveles iniciales que posee en relación a los contenidos que se van a desarrollar durante todo el curso.
- Identificando e incrementando *el nivel de acondicionamiento físico* general a través de métodos específicos del trabajo y mejora de la resistencia aeróbica, la flexibilidad, la fuerza resistencia, la percepción espacio-temporal y la percepción kinestésica, respecto a su nivel inicial.
- *Realizando ejercicios de acondicionamiento físico* atendiendo a criterios de higiene postural como estrategia para la prevención de lesiones.
- Reflexionando sobre la importancia que tiene para la salud *una alimentación equilibrada* a partir del cálculo de la ingesta y el gasto calórico, en base a las raciones diarias de cada grupo de alimentos y de las actividades diarias realizadas.
- Reflexionando sobre, la importancia que tiene para la salud físico-deportiva y cotidiana, *la relajación y la respiración*.
- Realizando *bailes, por medio de cualquiera de sus sentidos*, por parejas o en grupo, indistintamente con cualquier miembro del mismo, mostrando respeto y desinhibición
- Elaborando *mensajes corporales* de forma colectiva, mediante técnicas como el mimo, el gesto, y la dramatización, con el fin de transmitir información al resto del grupo.
- Entendiendo los juegos y deportes tradicionales de la localidad, de Andalucía y del mundo, así como el fútbol y balonmano, como fenómenos sociales y culturales
- Consolidando las *acciones motrices* mediante la combinación y perfeccionamiento de las habilidades básicas-genéricas comunes a los juegos y deportes, así como por medio de la adquisición de habilidades motrices específicas
- Resolviendo *situaciones de juego reducido*, a través de la mejora de los elementos y estrategias de ejecución específicas del balonmano y fútbol, como deportes colectivos, dándole importancia a actitudes como la cooperación, la tolerancia y la deportividad, aceptando el nivel alcanzado.
- Participando en *juegos y deportes tradicionales de la localidad, de Andalucía y del mundo*, tomando conciencia de ellos como una manera más de practicar actividad físico-deportiva
- Participando en *pelotas y malabares*, como una forma de juego recreativo, progresando en los elementos y las estrategias de ejecución propias del mismo y aceptando el nivel alcanzado
- Completando una *actividad de orientación* cicloturismo, acampada y escalada, preferentemente en el medio natural, con la ayuda del material necesario y respetando las normas de seguridad y la conservación del entorno en el que se lleva a cabo la actividad.

4º E.S.O.

- Planificando y poniendo en práctica calentamientos autónomos respetando pautas básicas para su elaboración y atendiendo a las características de la actividad física que se realizará.
- Analizando los efectos beneficiosos y de prevención que el trabajo regular de resistencia aeróbica, de flexibilidad y de fuerza resistencia suponen para el estado de salud.
- Diseñando y llevando a cabo un plan de trabajo de una cualidad física relacionada con la salud, incrementando el propio nivel inicial, a partir del conocimiento de sistemas y métodos de entrenamiento.
- Resolviendo supuestos prácticos sobre las lesiones que se pueden producir en la vida cotidiana, en la práctica de actividad física y en el deporte, aplicando unas primeras atenciones.
- Manifestando una actitud crítica ante las prácticas y valoraciones que se hacen del deporte y del cuerpo a través de los diferentes medios de comunicación.

- Participando en la organización y puesta en práctica de torneos en los que se practicarán deportes y actividades físicas realizadas a lo largo de la etapa.
- Participando de forma desinhibida y constructiva en
- la creación y realización de actividades expresivas colectivas
- con soporte musical tales como la batuka y cha-cha-cha.
- Utilizando los tipos de respiración y las técnicas y métodos de relajación (masaje deportivo y método de Shultz) como medio para la reducción de desequilibrios y el alivio de tensiones producidas en la vida cotidiana.

B.- PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

Dado que el proceso de aprendizaje depende en buena medida del proceso de enseñanza, es necesario analizar los datos proporcionados por la evaluación del alumnado desde la perspectiva de la intervención pedagógica o didáctica. Se trata de constatar en qué medida los logros o dificultades de los alumnos son debidos a su situación personal y/o al acierto del diseño y desarrollo de las programaciones y proyectos curriculares.

B.1. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN. PROCESO DE E-A.

La complejidad del hecho evaluativo **requiere utilizar varias y diversas técnicas de evaluación**. La utilización de unas u otras está en **función del contenido que se quiera evaluar y del tipo de evaluación que se emplea, teniendo siempre en cuenta la eficacia de las mismas**.

En este nivel de concreción, hay que hablar de las estrategias o directrices que seguiremos a la hora de realizar la evaluación; LAS TÉCNICAS, MECANISMOS O PROCEDIMIENTOS son las modalidades o las formas que posibilitan la obtención de datos y su posterior valoración; LOS INSTRUMENTOS son los medios concretos a través de los cuales se aplica una técnica, y responden, más bien, al desarrollo del currículo a nivel de aula. Para poder responder a esas estrategias se utilizan las siguientes técnicas con sus correspondientes instrumentos de evaluación:

TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN		
TÉCNICAS DE OBSERVACIÓN		
Registro personal del alumno	Escalas de valoración	El diario del profesor
TÉCNICAS DE ANÁLISIS O REVISIÓN		
El cuaderno de clase	Trabajos monográficos	
TÉCNICAS DE INFORMACIÓN DIRECTA		
Cuestionarios	Entrevistas	
TÉCNICAS DE PRUEBAS O ACTIVIDADES ESPECÍFICAS DE EVALUACIÓN		
Pruebas directas	Pruebas objetivas	Situaciones-problema

Evaluación del Proceso de Enseñanza:

- c) En cuanto a los **elementos del proceso**, respecto a cada uno de todos los componentes que integran la Planificación Educativa. Por citar unos ejemplos: Adecuación de los Objetivos, validez de los contenidos y su secuenciación, idoneidad de las actividades, medios didácticos, recursos y situaciones de aprendizaje...
- d) En cuanto al **propio proceso**, es decir, lo que forma parte de la dinámica de trabajo: La motivación, el ambiente de trabajo en clase, el grado de satisfacción en las relaciones humanas, el tipo y grado de participación, la interacción en la realización del proceso...

Evaluación del Proceso de Aprendizaje:

- a) En relación al **resultado**, toma como referente:
 - Si se han desarrollado las capacidades planteadas en los *Objetivos*. Por eso es importantísimo la clara formulación de estos.
 - Si se han adquirido los *Contenidos* utilizados para desarrollar las capacidades
 - Si el aprendizaje logrado se corresponde con los *Criterios de Evaluación* tanto en tipo como en grado (**Planteados en el apartado A de esta parte**).
- b) En relación al **proceso** y la dinámica del proceso de E-A. Dentro de este punto se incluyen muchos aspectos, como: El modo en que el alumno/a aborda el aprendizaje, Las dificultades y lagunas que van encontrando...

C. CRITERIOS CALIFICACIÓN

Los criterios de calificación **son los acuerdos que se establecen para obtener de manera homogénea la calificación en la materia**, de tal modo que les permita ponderar o asignar diferentes valores a los distintos aspectos del aprendizaje, tanto a los aspectos que indican el resultado como a los que indican el proceso del aprendizaje. Los criterios de evaluación indican lo que los alumnos han tenido que aprender, el resultado del aprendizaje; los criterios de evaluación sirven como referente para todo el proceso de E-A.

Por lo tanto, a la hora de tomar los acuerdos sobre los criterios de calificación hay que tomarlos en consonancia con los criterios de evaluación.

En nuestra especialidad, como criterios de calificación y para esta programación, señalamos los siguientes *(Para ello se toma referencia de la Orden del 10/08/2007 sobre Eval. De la ESO en Andalucía)*:

- La nota o calificación se hará sobre los aspectos de:

- El conjunto de acciones implicadas en el proceso de aprendizaje A NIVEL DE CADA UD. (Evaluación del proceso en sí y su dinámica: *El modo en que los alumnos abordan el aprendizaje, las dificultades y lagunas que van encontrando y su corrección, el nivel de esfuerzo e interés, las posibilidades educativas y el ritmo de aprendizaje, las actitudes que se adoptan en clase y en el trabajo de los grupos: participación, aportaciones, etc.*)
- El conjunto de efectos y consecuencias de lo aprendido o enseñado (Evaluación del resultado): CRITERIOS DE EVALUACIÓN (Serán referente fundamental para valorar tanto el grado de adquisición de las competencias básicas como el de consecución de los objetivos. Art. 2 **O. 10/08/2007**).
- También, según el citado art. 2 de dicha Orden y de conformidad con lo establecido en el artículo 14.2 del Decreto 231/2007, el profesorado llevará a cabo la evaluación, preferentemente a través de la **observación continuada** de la evolución del proceso de aprendizaje de cada alumno/a y de su maduración personal, sin perjuicio de las pruebas que, en su caso, realice el alumnado.
 - El porcentaje de los conceptos, procedimiento y actitudes dependerá de cada unidad significativa de trabajo llevada a cabo en el aula (UD). Como referencia, dicho porcentaje habrá de oscilar alrededor del 16% de conceptos, del 44% de procedimientos y del 40% de actitudes respectivamente (según análisis R.D. 1631/2006)
 - La nota final de curso, saldrá de la media aritmética de cada U.D. en las que se organizan los contenidos, teniéndose en cuenta, para hacer dicha media, que el alumno/a no califique por debajo del 15% en lo referente al Proceso de Aprendizaje .
 - De manera más concreta indicar lo siguiente:
 - 30% Examen teórico.
 - 40% Examen práctico.
 - 30% Participación.

D. RECUPERACIÓN DE EVALUACIONES SUSPENDIDAS.

Las evaluaciones suspendidas se recuperarán de la siguiente manera:

3. Presentación de un trabajo monográfico en el que se incluyan los contenidos desarrollados en la evaluación suspensa del curso corriente.
4. Examen teórico de dichos contenidos.

ANEXO III. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.

Es algo reconocido la contribución de las actividades extraescolares para lograr una formación plena de l@s alumn@s. Este tipo de actividades permite una mayor participación del alumnado en la gestión, organización y realización de las actividades, desarrollando valores relacionados con la socialización, la participación, la cooperación, el respeto a las opiniones de los demás y la asunción de responsabilidades.

Por todo ello, a estas actividades le damos en nuestra Materia un papel importante, considerándolas necesarias para un trabajo adecuado y debiendo programarse y realizarse según lo recogido en el **Proyecto Curricular del Centro**.

Actividades propuestas para este curso:

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS	CURSOS
<ul style="list-style-type: none"> • Día del juego. Consiste en la celebración de una o dos jornadas en la cual el protagonista es el juego. • Ruta a pie por entornos naturales de la provincia de Cádiz, así como otro tipo de actividades tales como escalada, orientación, bicicleta, piragüismo. • Participación en actividades relacionadas con el medio natural en el Centro de Recursos Medioambientales del Puerto de Santa María. • Participación en actividades deportivas organizadas por otros centros. • Asistencia a algún evento deportivo de importancia que se produzca en la zona. • Iniciación al paddle en Club Deportivo “La Isleta”. • Iniciación al Golf en un club del municipio. • Actividades deportivo-recreativas en la playa. • Jornada multideportiva en las instalaciones del Decathlon. • Participación en los talleres dentro de la oferta Municipal Educativa del Puerto de Santa María. • Competiciones multideportivas en el recreo. • Participación y organización en “la carrera solidaria” promovida por la ONG “save the children”. • Propiciar charlas u otro medio de información acerca de temas que consideremos de interés, temas de salud, deportivos, sociales... • Actividades suscritas por el departamento de actividades extraescolares en la oferta municipal cultural del ayuntamiento del Puerto de Santa María 	<p>1º, 2º, 3º, 4º</p> <p>1º, 2º, 3º, 4º</p> <p>1º, 2º, 3º, 4º</p> <p>1º, 2º, 3º, 4º</p> <p>1º, 2º, 3º, 4º</p> <p>1º, 2º, 3º, 4º</p> <p>1º, 2º, 3º, 4º</p> <p>1º, 2º, 3º, 4º</p> <p>1º, 2º, 3º, 4º</p> <p>1º, 2º, 3º, 4º</p> <p>1º, 2º, 3º, 4º</p> <p>1º, 2º, 3º, 4º</p> <p>1º, 2º, 3º, 4º</p> <p>1º, 2º, 3º, 4º</p>
ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES	
<ul style="list-style-type: none"> • Senderismo en la Sierra de Cádiz. • Orientación en la Sierra de Cádiz. • Semana blanca en Sierra Nevada. • Actividades acuáticas en la provincia de Cádiz. • Cualquier actividad que esté organizada por la Junta de Andalucía y que nos parezca interesante. 	<p>1º, 2º</p> <p>3º, 4º</p> <p>1º, 2º, 3º, 4º</p> <p>3º, 4º</p> <p>1º, 2º, 3º, 4º</p>

El desarrollo y concreción de estas actividades serán llevadas a cabo en un **Proyecto de Actividad** facilitado por el Centro según modelo establecido en el **ROF**.