

DOCUMENTO INSTITUCIONAL DIGITALIZADO

DOCUMENTO

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA. EDUCACIÓN FÍSICA. 3º ESO

Fecha de actualización

OCTUBRE 2023

ÍNDICE

- a) Competencias específicas y criterios de evaluación asociados a ellas.
- b) Concreción, agrupamiento y secuenciación de los saberes básicos y de los criterios de evaluación en unidades didácticas.
- c) Procedimientos e instrumentos de evaluación, con especial atención al carácter formativo de la evaluación y a su vinculación con los criterios de evaluación.
- d) Criterios de calificación.
- e) Características de la evaluación inicial, criterios para su valoración, así como consecuencias de sus resultados en la programación didáctica y, en su caso, el diseño de los instrumentos de evaluación.
- f) Actuaciones generales de atención a las diferencias individuales y adaptaciones curriculares para el alumnado que las precise.
- g) Plan de seguimiento personal para el alumnado que no promociona, de acuerdo con lo establecido en el artículo 19.4 de esta Orden.
- h) Plan de refuerzo personalizado para materias o ámbitos no superados, de acuerdo con lo establecido en el artículo 20 de esta Orden.
- i) Estrategias didácticas y metodológicas: Organización, recursos, agrupamientos, enfoques de enseñanza, criterios para la elaboración de situaciones de aprendizaje y otros elementos que se consideren necesarios.
- j) Concreción del Plan Lector establecido en el Proyecto Curricular de Etapa.
- k) Concreción del Plan de implementación de elementos transversales establecido en el Proyecto Curricular de Etapa.
- l) Concreción del Plan de utilización de las tecnologías digitales establecido en el Proyecto Curricular de Etapa.
- m) En su caso, medidas complementarias que se plantean para el tratamiento de las materias o ámbitos dentro de proyectos o itinerarios bilingües o plurilingües, o de proyectos de lenguas y modalidades lingüísticas propias de la Comunidad Autónoma de Aragón.
- n) Mecanismos de revisión, evaluación y modificación de las programaciones didácticas en relación con los resultados académicos y procesos de mejora.
- ñ) Actividades complementarias y extraescolares programadas por cada departamento, equipos didáctico u órgano de coordinación didáctica que corresponda, de acuerdo con el programa anual de actividades complementarias y

extraescolares establecidas por el centro, concretando la incidencia de las mismas en la evaluación del alumnado.

a) Competencias específicas y criterios de evaluación asociados a ellas.

CE.EF.1

Adaptar la motricidad para resolver diferentes situaciones motrices según su lógica interna (las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución) para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

Educación Física, 3º y 4º ESO

1.1. Resolver situaciones motrices de carácter individual, aplicando los principios operacionales específicos de la especialidad, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.

1.2. Resolver situaciones motrices de oposición, aplicando los principios operacionales del juego, para encadenar acciones tácticas más complejas propias de la lógica interna de dichas situaciones, evidenciando un mayor control en la codificación y descodificación de las conductas motrices propias y del rival.

1.3. Resolver situaciones motrices de cooperación, utilizando los recursos adecuados para solucionar los retos o problemas motores propios de la lógica interna de dichas situaciones, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.

1.4. Resolver situaciones motrices basadas en la colaboración y la oposición, aplicando los principios operacionales tácticos propios de estas situaciones motrices, para desarrollar conductas ofensivas y defensivas de mayor complejidad.

1.5. Resolver situaciones motrices que se desarrollan en un medio físico con incertidumbre mostrando habilidades para la adaptación, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera autónoma procesos de percepción, decisión y acción en contextos reales, como el centro escolar o el entorno próximo, o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos, aplicando normas de seguridad.

1.6. Crear y representar composiciones individuales o colectivas, mediante el desarrollo de una motricidad simbólica a través de la expresión y la comunicación, con o sin base musical, de manera coordinada y estética y ayudando a difundir y

compartir dichas prácticas entre compañeros y compañeras u otras personas de la comunidad.

CE.EF.2

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

Educación Física, 3º y 4º ESO

2.1. Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte y otras manifestaciones motrices, en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos.

2.2. Adoptar y mostrar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de ambos géneros en el ámbito físico-deportivo.

2.3. Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física y cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculadas al ámbito de las actividades físicas, deportivas y artístico-expresivas.

CE.EF.3

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

Educación Física, 3º y 4º ESO

3.1. Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida buscando posibilidades de inclusión y participación y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros

3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.

3.3. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás

CE.EF.4

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

Educación Física, 3º y 4º ESO

4.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales y urbanos, disfrutando de ellos de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica, y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.

CE.EF.5

Adoptar un estilo de vida activo y saludable mediante la práctica física, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas, deportivas y

artístico-expresivas, partiendo de la aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás, para tomar decisiones encaminadas hacia la salud integral (física, mental y social), y hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre, mejorando su calidad de vida.

Educación Física, 3º y 4º ESO

5.1. Incorporar de forma autónoma rutinas de higiene antes y después de las sesiones, dosificar el esfuerzo durante toda la práctica e interiorizar cuestiones de educación postural en las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.

5.2. Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.

5.3. Actuar de acuerdo con los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.

5.4. Planificar y autorregular la práctica de actividad física (en el medio natural, urbano o en el centro escolar) orientada a la salud integral y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales (intentando aunar intereses con otros) para un periodo concreto de tiempo, utilizando dinámicas de autoevaluación que tengan en consideración las actividades físicas que realiza en su semana habitual.

IES LUCAS MALLADA

b) Concreción, agrupamiento y secuenciación de los saberes básicos y de los criterios de evaluación en unidades didácticas.

UD1. CALENTAMIENTO			
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS EVALUACIÓN	APRENDIZAJES	SABERES BÁSICOS
CE E.F. 5	Crit.5.2	AP 1.1. Planifica y expone un calentamiento general y específico (juego de calentamiento)	E2. Hábitos posturales E5. Elección de la práctica física en función del contexto (calentamiento) F1. Calentamiento específico autónomo
	Crit.5.1	AP 1.2. Conoce las partes de un calentamiento y los efectos fisiológicos que se producen con el mismo	
UD2. CARRERA DE LARGA DURACIÓN			

CE E.F.1	Crit.1.1	<p>AP2.1. Participa activamente en las sesiones a través de la elaboración de las fichas CALADU</p> <p>AP 2.2. Mejora en el Volúmen Aeróbico Máximo (VAM) evaluado por el test de 5 minutos</p>	<p>A1. Acciones motrices individuales: .Principios operacionales: ritmo</p> <p>E3. Capacidades físicas básicas, sistemas de entrenamiento, conocimiento para el desarrollo de las mismas.</p> <p>F1. Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación y planificación del entrenamiento.</p>
CE E.F.5	Crit.5.4	AP 2.3. Sabe definir el concepto de Resistencia aeróbica y lo relaciona con las cargas de entrenamiento	
UD3. ORIENTACIÓN			
CE E.F.1	Crit.1.5	AP 3.1. Sabe orientarse por un entorno natural a través de un mapa (llegar a 6 balizas)	<p>A5. Acciones motrices con incertidumbre del medio: .Principios operacionales: descodificación de la incertidumbre del</p>

CE E.F.4	Crit.4.1	AP 3.2. Reconoce y sitúa la simbología básica de un mapa en un entorno natural	medio para elaborar planes de acción en el centro escolar y el entorno próximo. .Realización de un proyecto de acción en el medio natural (orientación, D1. Respeto a las normas viales en los desplazamientos cotidianos (desplazamientos a entornos naturales) D7. Cuidado del entorno durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.
UD4. DEPORTES ALTERNATIVOS			
CE E.F.1	Crit.1.4	AP 4.1. Conoce y pone en práctica el reglamento de los deportes alternativos planteados (Pinfuvote, Colpbol y Balón-Codo)	A4. Acciones motrices de colaboración-oposición: .Principios operacionales: tomas de decisión y acción basadas en la identificación de espacios peligrosos en ataque y defensa. .Elaboración y desarrollo de acciones tácticas colectivas complejas, ofensivas y defensivas durante la práctica.
CE E.F.3	Crit.3.3	AP 4.2. Respeta el reglamento de los juegos y a los compañeros durante la práctica	C2. Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.
CE E.F.2	Crit.2.3	AP 4.3. Indaga sobre otros deportes alternativos profundizando en: normativa, técnica y táctica.	C3. Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo.

UD5. HABILIDADES CIRCENSES			
CE E.F.1	Crit. 1.1	AP 5.1. Realiza una secuencia mínima de habilidades de malabares con dos bolas	A6. Acciones motrices con intención artístico-expresivas: . Uso de la motricidad simbólica. . Explorar, expresar y comunicar. Creatividad motriz e improvisación. C1. Gestión emocional: Capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices.
	Crit.1.6	AP 5.3. Elabora y pone en escena una coreografía grupal con diferentes materiales circenses	
CE E.F.2	Crit.2.1	AP 5.2. Realiza una secuencia mínima de habilidades con el material circense elegido: mazas, diábolo, palos del diablo y platos chinos.	
UD6. DEPORTE ADAPTADO E INCLUSIVO			
CE E.F.3	Crit.3.3	AP 6.1. Conoce los tipos de discapacidad, los deportes adaptados y reflexiona sobre el concepto de deporte adaptado e inclusivo.	A1. Acciones motrices individuales: . Autoevaluar su acción y búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente situaciones de cierta complejidad

CE E.F.1	Crit.1.3	AP 6.2. Practica y comprende las reglas de diferentes deportes adaptados practicados: goalball, boccia, atletismo en silla de ruedas y sensibilización hacia la discapacidad auditiva	A3. Acciones motrices de cooperación: . Coordinación de acciones motrices para la resolución de una acción/tarea . Estrategias de autoevaluación y coevaluación C1. Gestión emocional: sensaciones, capacidad de superación para afrontar desafíos. C4. Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices
UD7. JUST DANCE			
CE E.F.5	Crit.5.4	AP 7.1. Utiliza la APP Just Dance de manera autónoma en clase y lo pone en práctica.	A6. Acciones motrices con intención artístico-expresivas: . Uso de la motricidad simbólica. . Proyectos de acción: el proceso creativo guiado, producción colectiva o individual, organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos.
CE E.F.1	Crit.1.6	AP 7.2. Elabora una coreografía grupal basada en la APP Just Dance	B5. Uso de aplicaciones digitales como ayuda para el desarrollo de actividades artístico-expresivas. (Just Dance) C1. Gestión emocional: Capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices. F3. Salud social: Actividades artístico-expresivas propias para el trabajo en común.

UD8. SALTO DE VALLAS			
CE E.F.1	Crit.1.1	AP 8.1. Utiliza y pone en práctica la técnica de vallas de manera óptima	A1. Acciones motrices individuales: Principios operacionales: encadenamiento de acciones Autoevaluar su acción
	Crit.1.1	AP 8.2. Conoce y sabe describir de manera adecuada la técnica de vallas	
UD9. NUTRICIÓN			
CE E.F.5	Crit.5.1	AP 9.1. Conoce los nutrientes más importantes y los relaciona con el deporte	F1. Salud física: alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentación no saludable y similares. F2. Salud social: suplementación y dopaje
		AP 9.2. Realiza y expone un análisis crítico de los alimentos no saludables	
UD10. BÉISBOL			

CE E.F.1	Crit.1.4	AP 10.1. Conoce y pone en práctica los fundamentos técnico-tácticos del béisbol	A4. Acciones motrices de colaboración-oposición: . Principios operacionales: elaboración de acciones tácticas colectivas ofensivas y defensivas durante la práctica C3. Respeto a las reglas de juego
		AP 10.2. Conoce la técnica básica del bateo	
		AP 10.3. Conoce y aplica en la práctica el reglamento básico del béisbol	

IES LUCAS MALLADA

c) Procedimientos e instrumentos de evaluación, con especial atención al carácter formativo de la evaluación y a su vinculación con los criterios de evaluación.

1. Competencias específicas
2. Criterios de evaluación
3. Instrumentos de evaluación
4. Ponderación / porcentaje de cada instrumento (producción motriz: 60% , observación sistemática: 20% y preguntas abiertas/ monografías: 20%)

*Los mínimos, subrayados y en negrita

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	APRENDIZAJES O CRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	PONDERACIÓN
UUDD 1. CALENTAMIENTO.			
CE E.F.5	AP 1.1	Monografía y dirección de un calentamiento (general y específico)	5%
	<u>AP 1.2</u>	Preguntas examen teórico	5% 15%
UUDD 2. CARRERA DE LARGA DURACIÓN.			
	AP 2.1	Observación sistemática	5%

CE E.F.1 CE E.F.5	<u>AP 2.2</u>	Mantener o mejorar el test de 5 minutos: Velocidad Aeróbica Máxima (VAM)	15%
	AP 2.3	Preguntas examen teórico	5%
UUDD 3. ORIENTACIÓN			
CE E.F.1	<u>AP 3.1</u>	Rúbrica examen práctico: Realizar un recorrido en entorno natural (parque) de 6 balizas con un límite de tiempo	15%
CE E.F.4	AP 3.2	Práctica simbología del parque	5%
	AP 3.3	Observación sistemática	5%
UUDD 4. DEPORTES ALTERNATIVOS			
CE E.F.1	<u>AP 4.1</u>	Preguntas examen + trabajo monográfico	10%
CE E.F.2	AP 4.2	Observación sistemática	5%

CE E.F.3	AP 4.3	Exposición práctica	10%
UUDD 5. HABILIDADES CIRCENSES			
CE E.F.1 CE E.F.2	AP 5.1	Rúbrica examen práctico: Malabares con dos bolas	10%
	<u>AP 5.2</u>	Rúbrica examen práctico: Material elegido: mazas, diábolo, palos del diablo y platos chinos. Observación sistemática	15% 5%
	AP 5.3	Rúbrica. Elaboración de una coreografía grupal	15%
UUDD 6. DEPORTE ADAPTADO E INCLUSIVO			
CE E.F.1 CE E.F.3	<u>AP 6.1</u>	Trabajo monográfico	20%
	AP 6.2	Observación sistemática	10%
UUDD 7. JUST DANCE			

CE E.F.1	AP 7.1	Observación sistemática	5%
CE E.F.5	<u>AP 7.2</u>	Elaboración de una coreografía grupal	20%
UUDD 8. SALTO DE VALLAS			
CE E.F.1	<u>AP 8.1</u>	Rúbrica fundamentos técnicos-tácticos Observación sistemática	15% 15%
	AP 8.2	Preguntas examen teórico	6,66%
UUDD 9. NUTRICIÓN			
CE E.F.5	AP 9.1	Preguntas examen teórico	6,66%
	<u>AP 9.2</u>	Monografía: Alimentos saludables no	10%
UUDD 10. BÉISBOL			
	<u>AP 10.1</u>	Rúbrica examen práctico	15%
	AP 10.2	Autoevaluación práctica	10%

CE E.F.1	AP 10.3	Preguntas examen teórico	6,66%
	AP 10.4	Observación sistemática	15%

d) Criterios de calificación.

Es necesario destacar que las notas de la 1ª y 2ª evaluación se han calculado aplicando la ley LOMCE, y ya para la 3ª evaluación hemos aplicado la nueva ley educativa, LOMLOE.

Por último, a partir de 0,5 la nota subirá al número siguiente, por debajo de 0,5 la nota quedará con el número entero anterior.

La materia se evalúa por trimestre. La nota del trimestre surge de la aplicación de los porcentajes de cada instrumento de evaluación, que están en relación a los criterios de evaluación:

- Promedio de criterios asociados al instrumento de evaluación **PRODUCCIONES MOTRICES: 40%**
- Promedio de criterios asociados al instrumento de evaluación **ESCALA DE OBSERVACIÓN NUMÉRICA: 30%**
- Promedio de criterios asociados al instrumento de evaluación **PRUEBAS TEÓRICAS: 20%**
- Promedio de criterios asociados al instrumento de evaluación **MONOGRAFÍAS: 10%**

De no utilizarse alguno de los instrumentos, ese porcentaje será aplicado a los instrumentos que se considere oportuno en esa evaluación.

Teniendo en cuenta lo citado anteriormente, todo alumno/a con alguna circunstancia especial (enfermedad, síndrome, lesión, etc.) que le impida o limite la práctica de alguna parte de los contenidos de la materia, deberá comunicárselo a su profesora en los primeros días de clase. La profesora podrá entonces eximir de determinadas prácticas o ejercicios al alumno/a, cambiándolas por otras adecuadas a su circunstancia. Se exigirá **certificación médica** en la que se especifique qué actividades resultan inadecuadas o prohibidas, y el tiempo que debe estar de reposo, sin realizar

dichas actividades físicas para poder programar desde el departamento las actividades “alternativas” a la práctica y poder ser evaluado con el instrumento alternativo a la producción motriz, como pueden ser monografías o pruebas abiertas (el porcentaje destinado a la producción motriz se le sumará al instrumento utilizado para evaluarlo).

El alumnado es informado de este protocolo ya que se explica a inicio del curso, se firma en el “contrato de Educación Física” y forma parte de las normas de la materia así como de los criterios de evaluación transversales.

Existirá, por lo menos, un mínimo por unidad didáctica. Los porcentajes anteriormente expuestos se aplican si se han superado (nota de un 5) los mínimos. Si no se supera un mínimo, el alumno/a será calificado como suspenso, tanto en los trimestres o en la nota de final de curso, a pesar de que aplicando los porcentajes en los distintos instrumentos de evaluación, la nota sea superior a 5. El alumno que no supere dichos mínimos, realizará el proceso de recuperación. La calificación de final de curso será la media de las calificaciones de las tres evaluaciones.

Proceso de recuperación:

En caso de que en la evaluación ordinaria de un trimestre algún estándar mínimo no esté superado, el alumno/a recibirá un Plan de Refuerzo de su profesor/a.

Al desaparecer la Prueba Extraordinaria de junio, al alumnado que no supere la materia en junio le quedará pendiente para el curso siguiente.

e) Características de la evaluación inicial, criterios para su valoración, así como consecuencias de sus resultados en la programación didáctica y, en su caso, el diseño de los instrumentos de evaluación.

f) Actuaciones generales de atención a las diferencias individuales y adaptaciones curriculares para el alumnado que las precise

Existen varios tipos de intervención educativa:

g) Plan de seguimiento personal para el alumnado que no promociona, de acuerdo con lo establecido en el artículo 19.4 de esta Orden.

El establecido en el Proyecto Curricular de la ESO en su Anexo I correspondiente.

ALUMNO/ A	GRUPO	ACNS	ACS NIVEL	MATERIAL	APOYOS DISPONIBLES	OTROS
AMP	1ºDIVER	X		LOS MISMOS		

TDC	3º C	X		LOS MISMOS		
-----	------	---	--	------------	--	--

h) Plan de refuerzo personalizado para materias o ámbitos no superados, de acuerdo con lo establecido en el artículo 20 de esta Orden.

El establecido en el Proyecto Curricular de la ESO en su Anexo I correspondiente.

i) Estrategias didácticas y metodológicas: Organización, recursos, agrupamientos, enfoques de enseñanza, criterios para la elaboración de situaciones de aprendizaje y otros elementos que se consideren necesarios.

Para decidir la metodología aplicable en cada grupo clase, atendiendo a los contenidos, recursos e instalaciones, se tendrá en cuenta las características del mismo en primer lugar, así como una serie de propuestas metodológicas necesarias ante la situación que aún vivimos:

- Insistir en cumplir la normativa general de convivencia: llevar la mascarilla en espacios cerrados y cumplir la distancia social.
- Adaptar los contenidos y su evaluación en aquellos contenidos que pueden todavía afectarnos en cuanto al contacto físico o utilización de espacios abiertos preferiblemente.
- Mejorar el ambiente de aprendizaje grupo-clase. RESPETO.
- Hacer partícipe al alumnado de todo el proceso de enseñanza-aprendizaje, con el fin de evitar abandonos de la materia. Para ello, la profesora AYUDARÁ al alumnado a activar sus conocimientos de tal manera que permita establecer relaciones entre los contenidos y experiencias previas y los nuevos contenidos.

En caso de que algún alumno esté expulsado o enfermo y no pueda acudir a las clases de manera presencial, se le mandarán tareas teóricas a través del Classroom.

Cada clase de 3º ESO tiene su Classroom, donde se cuelgan posibles avisos, fichas, tareas, apuntes para examen,... siendo este otro de comunicación entre el profesorado y el alumnado.

Las metodologías elegidas para los contenidos del presente curso se muestran a continuación:

METODOLOGÍAS		UNIDADES DIDÁCTICAS
ACTIVAS PARTICIPATIVAS	Y	Todas

SOCIALES		3, 4, 6, 9 A través del trabajo en equipo, formación de grupos, consecución de objetivos comunes...
APRENDIZAJE RECÍPROCO		1, 3, 5, 6, 8 Mediante un papel activo del alumnado en todo el proceso enseñanza-aprendizaje dándoles oportunidad de evaluarse, corregirse, aprender de otros compañeros...
APRENDIZAJE COOPERATIVO		2, 3, 6, 9 A través de objetivos comunes, de dotar de autonomía y responsabilidad personal y grupal, toma de decisiones...
ENSEÑANZA PRÁCTICA INDIVIDUALIZADA	Y	1, 2, 5, 10 Invitando a la realización y práctica autónoma, motivando el esfuerzo y superación...
RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS	DE	3, 5, 6, 9 Dotando al grupo de recursos para la búsqueda de soluciones de manera grupal, exposición de situaciones, lluvias de ideas...
APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO		2, 4, 10 Mediante la puesta en práctica de los contenidos aprendidos en clase fuera de la misma en el tiempo de ocio, tiempo libre, actividades extraescolares...

Al final de la presente Programación Didáctica en el apartado de Anexos se recoge una Situación de Aprendizaje.

Plantilla de Situación de Aprendizaje

1.- Datos técnicos:

Título:

Etapas y nivel:

Materia/Materias/Ámbitos:

Número de sesiones y trimestre:

2.- Contextualización:

¿Qué se va a aprender? (Enunciado de los Aprendizajes tratados)

¿Cómo se va a aprender? (Conectar la situación de aprendizaje con la realidad del alumnado y que parta de sus centros de interés)

¿Para qué va a aprender?

3.- Elementos curriculares involucrados:

Criterios de evaluación

- 4.- Metodología/s utilizadas:
5.- Enunciado de las actividades:
6.- Instrumento/s de evaluación:

(7.- Anexos:)
(8.- Fuentes documentales:)
(9.- Valoración:)

j) Concreción del Plan Lector establecido en el Proyecto Curricular de Etapa.

En esta materia no trabajamos con libro de texto y no proponemos al alumnado lecturas de libros para implementar el conocimiento y aprendizaje de la materia.

Sí que fomentamos este plan a través de la lectura de artículos relacionados con la materia.

E insistimos en la correcta ejecución del examen. Éste ha de ser entregado limpio, organizado, escrito con buena letra y sin faltas ortográficas. Insistimos en este punto ya que están en Bachillerato, aunque no exista ningún criterio de la materia que se refiera a ello.

k) Concreción del Plan de implementación de elementos transversales establecido en el Proyecto Curricular de Etapa.

TEMAS TRANSVERSALES	UNIDADES DIDÁCTICAS									
	U.D1	U.D2	U.D3	U.D4	U.D5	U.D6	U.D7	U.D8	U.D9	U.D10
Educación no sexista				X	X		X			X
Prevención de accidentes	X		X						X	
Promoción de vida activa y saludable	X	X	X				X		X	X
Participación deportiva en su entorno		X	X	X				X		X
Solución pacífica de conflictos						X				X
Seguridad vial			X							
Respeto a la realidad corporal		X				X	X	X	X	

Para el tercer trimestre en “proceso de finalización”.

l) Concreción del Plan de utilización de las tecnologías digitales establecido en el Proyecto Curricular de Etapa.

En esta materia trabajamos con el cuerpo, siendo la materia eminentemente práctica, por lo que no fomentamos ni utilizamos de forma reglada y continua las Tecnologías digitales.

Por supuesto, cada clase tiene su classroom, espacio en el que se cuelgan apuntes, vídeos e información relativa a cada contenido.

Específicamente, en la Unidad Didáctica 7 (Just Dance) se utiliza la APP móvil “Just Dance”

m) En su caso, medidas complementarias que se plantean para el tratamiento de las materias o ámbitos dentro de proyectos o itinerarios bilingües o plurilingües, o de proyectos de lenguas y modalidades lingüísticas propias de la Comunidad Autónoma de Aragón.

n) Mecanismos de revisión, evaluación y modificación de las programaciones didácticas en relación con los resultados académicos y procesos de mejora.

A continuación, se crea una tabla donde se irá rellenando las distintas modificaciones que se realicen de la programación didáctica.

REVISIÓN A LO LARGO DEL CURSO			
APARTADO DE LA PROGRAMACIÓN	ASPECTO QUE SE DESEA MODIFICAR	JUSTIFICACIÓN	FECHA EN LA QUE SE PROPONE LA MODIFICACIÓN
a) y b)	todo		8 de enero
c)	todo		31 de marzo

La **revisión final** de curso, se llevará a cabo al final de curso y durante el mes de septiembre, teniendo en cuenta los resultados de las evaluaciones interna y externa del alumnado.

ñ) Actividades complementarias y extraescolares programadas por cada departamento, equipos didáctico u órgano de coordinación didáctica que corresponda, de acuerdo con el programa anual de actividades complementarias y extraescolares establecidas por el centro, concretando la incidencia de las mismas en la evaluación del alumnado.

CURSO	NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	CUANDO
3ºESO	Carrera Solidaria contra el Cáncer	Primer trimestre
	Salida al parque Miguel Servet	Primer trimestre
	Orientación (Cerro de San Jorge)	Primer trimestre
	Charla ASPACE	Segundo trimestre
	Salida a Torre Mendoza	Primer y tercer trimestre
	Charla presentación béisbol	Tercer trimestre
	Carrera nocturna	Tercer trimestre

ANEXOS

1. Evaluación inicial:

EVALUACIÓN INICIAL. 3º ESO.

Nombre y apellidos:

Clase:

1. Apunta las 3 partes del calentamiento, y describe uno de cada parte. (2 puntos)
2. ¿Qué capacidad física y qué tipo de dicha capacidad se trabaja con la Carrera De Larga Duración?
3. Material necesario para hacer una Carrera de Orientación.
4. Apunta 3 habilidades que sabes hacer con la comba.
5. Apunta 3 reglas del floorball / hockey educativo.
6. Dibuja 3 habilidades que sabes hacer con 2 bolas de malabares.
7. Explica un juego de calentamiento. (2 puntos)
8. Apunta 3 hábitos de vida saludables.

2. Situación de aprendizaje

Ejemplo de situación de aprendizaje: Volteos e inmovilizaciones

Introducción y contextualización:

Las situaciones de oposición, uno/a contra uno/a, se ubican en el dominio de oposición interindividual caracterizado por: – la realización de las prácticas motrices en un entorno físico estable; – la presencia de adversario/a y la ausencia de compañero/a; es decir: la única incertidumbre proviene del adversario/a (antagonismo); – la constante presión temporal y/o espacial, dado que se desconoce cuándo y dónde habrá que actuar: toma de decisiones. El alumnado se ve comprometido a interactuar en una situación de antagonismo exclusivo, uno/a contra uno/a, cuya clara intencionalidad es superar al adversario/a procurando inclinar la relación de fuerzas a su favor, dentro de un marco reglamentario conocido. Ello implica que debe organizar sus acciones de manera eficaz y para ello

decodificar las conductas del oponente y extraer informaciones relevantes, asumiendo un estricto respeto de las normas y a la integridad del contrincante. La gran atención para captar información, la anticipación, la preacción, el ajuste de su propia motricidad (con la correspondiente previsión e iniciativa) son cuestiones que debe tener en cuenta de cara a la adecuada selección de las acciones. Todo esto, que es común a toda situación de oposición interindividual (bádminton, tenis, esgrima...) se concreta de forma particular cuando no hay un móvil u otro instrumento que medie entre quienes contienden, ya que el contacto es directo, y aún se particulariza más cuando la distancia de guardia entre contrincantes es nula o casi nula, como es el caso de los deportes de lucha; por ello la violencia del contacto (golpes con o sin implementos) es prácticamente nula, lo que facilita su aplicación en estas edades. La situación que aquí se propone es la menos violenta ya que el contrincante al que se pretende voltear parte de una posición en decúbito prono; una progresión en intensidad puede ser que su posición de partida sea en cuadrupedia, en pie... El hecho de permanecer en contacto continuo con el oponente otorga a estas situaciones motrices una relación basada en agarres, empujes y tracciones; con gran frecuencia se intenta usar en beneficio propio esos agarres, empujes y tracciones empleados por el oponente. De ahí que saber ubicar el centro de gravedad (propio, del oponente o del conjunto) y el conocer y usar de manera adecuada palancas, ejes de giro, bases de sustentación, etc. cobren una importancia clave. En este sentido, las relaciones con la Física resultan evidentes

Igualmente importante es tener en cuenta el estrecho contacto corporal entre quienes compiten, ya que puede suponer una situación emocionalmente intensa que debe aprovecharse para la mejora del respeto al otro/a y de las relaciones interpersonales (CE.EF.3). Aunque comúnmente las situaciones de 1 contra 1 en lucha han de considerarse duelos simétricos, la que aquí se propone tiene perfil de duelo asimétrico ya que, de inicio, existen dos roles diferentes: quien pretende inmovilizar (a quien discrecionalmente llamaremos "inmoviliza"), y quien trata de escapar (a quien llamaremos "escapa"). Por ello cada asalto ha de repetirse

cambiando los roles. Objetivos didácticos: Al final de la situación de aprendizaje el alumnado tiene que ser capaz de:

1. Aplicar estrategias sencillas de lucha en suelo, para lograr voltear al oponente e inmovilizarlo: control del peso, propio y del adversario/a, de la base de sustentación, de las palancas de acción y de los ejes de rotación.
2. Percibir movimientos y fuerzas que puedan variar el control sobre su oponente y aprovecharlos a su favor.
3. Identificar y registrar acciones de oposición y control en situaciones de lucha: ficha de observación.
4. Respetar la integridad física y moral del adversario/a en cualquiera de sus intervenciones, identificando y respetando las señales previstas en caso de hacer daño.
5. Aceptar un modo de oposición en contacto directo con el cuerpo del oponente.

Elementos curriculares involucrados:

La relación de los elementos curriculares implicados en la situación está expresada en la siguiente tabla:

Competencia específica	Criterio de evaluación	Objetivo didáctico
-------------------------------	-------------------------------	---------------------------

<p><i>CE.EF.1 Adaptar la motricidad para resolver diferentes situaciones motrices...</i></p>	<p>1.2. Resolver situaciones motrices de oposición, aplicando los principios operacionales del juego, para encadenar acciones tácticas más complejas propias de la lógica interna de dichas situaciones, evidenciando un mayor control en la codificación y descodificación de las conductas motrices propias y del rival.</p>	<p>1. Aplicar estrategias sencillas de lucha en suelo, para lograr voltear al oponente e inmovilizarlo: control del peso, propio y del adversario/a, de la base de sustentación, de las palancas de acción y de los ejes de rotación.</p> <p>2. Percibir movimientos y fuerzas que puedan variar el control sobre su oponente y aprovecharlos a su favor.</p>
<p><i>CE.EF.3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva [...] priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, [...] y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, [...]</i></p>	<p>3.3. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas practicas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de dialogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás</p>	<p>3. Identificar y registrar acciones de oposición y control en situaciones de lucha.</p> <p>4. Respetar la integridad física y moral del adversario/a en cualquiera de sus intervenciones, identificando y respetando las señales previstas en caso de hacer daño.</p> <p>5. Aceptar un modo de oposición en contacto directo con el cuerpo del oponente.</p>

<p><i>CE.EF.5. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, mediante la práctica física diaria...</i></p>	<p>5.2. Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.</p>	<p>4. Respetar la integridad física y moral del adversario/a en cualquiera de sus intervenciones, identificando y respetando las señales previstas en caso de hacer daño.</p>
--	---	---

Los bloques y los saberes básicos asociados a esta situación de aprendizaje son los siguientes:

Bloque	Saberes básicos
<p><i>Bloque A. Resolución de problemas en situaciones motrices</i></p>	<p>Acciones motrices de oposición, como, por ejemplo: duelos con distancia nula o casi nula como juegos de lucha. Principios operacionales: búsqueda de la acción óptima en función de la acción y ubicación del rival</p>
<p><i>Bloque C. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.</i></p>	<p>Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices.</p>
<p><i>Bloque F: Vida activa y saludable</i></p>	<p>Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.</p>

Conexiones con otras materias:

Se presentan aquí algunas ideas para enriquecer la situación de aprendizaje:

Área	Competencia específica	Acción educativa posible
Física y Química	CE.FQ.2. Expresar las observaciones realizadas por el alumnado en forma de preguntas, formular hipótesis para explicarlas y demostrar dichas hipótesis a través de la experimentación científica, la indagación y la búsqueda de evidencias, para desarrollar los razonamientos propios del pensamiento científico y mejorar las destrezas en el uso de las metodologías científicas.	Aplicar saberes básicos del bloque “C. La interacción” tales como, por ejemplo, “[...] Relación de los efectos de las fuerzas, como agentes del cambio tanto en el estado de movimiento o el de reposo de un cuerpo, [...] con los cambios que producen en los sistemas sobre los que actúan.” para comprender los empujes y tracciones que se producen en una inmovilización o en un volteo, anticipando qué es lo que puede ocurrir si se varían líneas de empuje, ejes de rotación o puntos de apoyo.

Descripción de la actividad:

Comienza el combate con “escapa” tumbado sobre la colchoneta en decúbito prono y con “inmoviliza” de rodillas a su lado.

“Inmoviliza” trata de voltear a “escapa” y ponerlo en decúbito supino; si logra darle la vuelta, debe mantenerlo así durante 5” a 10” (según se establezca).

Alcanzado ese tiempo de inmovilización, se para el cronómetro y se vuelve a empezar; cuando ambos contendientes están en posición inicial se reactiva el cronómetro.

El ciclo se repite cuantas veces quepan en 1 minuto (duración del combate).

a) Material:

- Dos colchonetas juntas (mejor si están unidas) por el lado más largo (2 x 2 metros en total) para cada grupo. Puede realizarse sobre suelo de madera o sintético si no existe peligro de erosiones.
- Asegurar suficiente separación entre grupos.

- Cronómetro.
- Ficha para el registro de las acciones seleccionadas y sus resultados.
- Atención a los objetos metálicos o similares: anillos, pendientes, pulseras, aros...

b) Finalidad:

- Voltear al contrincante y mantenerlo inmovilizado.

c) Normas:

- Únicamente está permitido: agarrar, estirar y empujar.
- Por cortesía, durante el combate se debe permanecer en silencio.

d) Criterios de éxito:

Dado que se trata de un duelo asimétrico sólo se puntúa si quien inmoviliza consigue voltear a su oponente (ponerlo decúbito supino) y mantenerlo así durante 5" - 10" (en función de lo que se haya acordado), o hasta que acabe el combate. ¿Cuántas veces lo consigue?

e) Criterios de realización:

- Aplicación de las diferentes reglas de acción: intentos - éxitos.
- Pueden añadirse más reglas si en el seno del grupo hay acuerdo al respecto.

Metodología y estrategias didácticas:

Se recomienda no utilizar modelos que el alumnado debe copiar de manera más o menos explícita. Por el contrario, conviene que vayan ensayando y reorientando el aprendizaje a partir de la identificación de los éxitos (parciales o totales) que vayan surgiendo. Para ello las puestas en común son fundamentales, por lo que conviene dejar disponible el tiempo que convenga, organizándolas primera en el seno de cada grupo (después de cada combate) y posteriormente en el conjunto de la clase, tratando de alcanzar algunas ideas comunes.

a) Organización:

En grupos de cuatro: dos se enfrentan durante un tiempo de un minuto; otro registra las acciones previamente seleccionadas y el cuarto se encarga de llevar el tiempo.

Después se cambian los roles, de modo que tras seis rotaciones cada participante se ha enfrentado con los otros tres. Dado que los duelos son asimétricos habrá que repetir todo el ciclo intercambiando los roles (“inmoviliza” <> “escapa”), lo que suma un total de 12 combates:

ronda 1				
asalto	inmoviliza	escapa	observa	crono
1	A	B	C	D
2	B	C	D	A
3	C	D	A	B
4	D	A	B	C
5	A	C	D	B
6	B	D	C	A

ronda 2				
asalto	inmoviliza	escapa	observa	crono
7	B	A	D	C
8	C	B	A	D
9	D	C	B	A
10	A	D	C	B
11	C	A	B	D
12	D	B	A	C

“Observa” identifica los comportamientos de “inmoviliza” y los registra en la ficha dispuesta a tal fin (Ficha tipo de evaluación individual), colocando en la casilla correspondiente un uno (1) si se queda en un intento, o un dos (2) si tiene éxito. Igualmente, señala las “inmovilizaciones completas” señalando con una equis (x) en la casilla sombreada que toque.

“Crono” se encarga del tiempo: anuncia el comienzo del combate, y el inicio y final de cada inmovilización, deteniendo el cronómetro tras el tiempo establecido (entre 5” y 10”) para volverlo a activar cuando se reinicie el combate. También se encarga de avisar el final del combate, pasados los 60” establecidos.

Tras cada combate se procede a los correspondientes intercambios de información entre los cuatro participantes, tratando de encontrar reglas que se han utilizado o se han podido utilizar, vislumbrando otras reglas distintas y sus posibilidades de uso y anotando sus conclusiones.

b) Reglas de juego:

- Respeto al adversario/a.

- Se trata de un enfrentamiento codificado, en el que toda tentativa de hacer daño está prohibida: ej. no se puede golpear, ni “retorcer” manos o pies, etc.

c) Principios operacionales y de gestión:

Principios operacionales básicos:

1. Principio de acción/reacción (táctica): dominar (al adversario/a) pasa por la posibilidad de provocar una reacción del adversario/a que se utilice a continuación para crear el desequilibrio de fuerzas de la pareja de combatientes en su favor.
2. Principio de volteo controlado: para voltear sobre la espalda, es necesario utilizar un(os) par(es) de fuerzas y un punto de apoyo (palanca).
3. Principio de oposición al movimiento (en suelo): para inmovilizar a un adversario (en el suelo), es aconsejable combinar simultáneamente la fijación más fuerte posible, “pesando” sobre él/ella tanto como se pueda, lo más cerca del centro de gravedad (sobre la mayor superficie posible), asegurando el equilibrio gracias a una base de apoyo tan amplia como se pueda alcanzar.
4. Principio de asociación/disociación (de cinturas): la construcción de una “presa” resulta de la articulación de tres partes del cuerpo, asociadas en una misma acción, maximizando la función de cada una de ellas

Principios de gestión aplicables:

1. Pertinencia; RA: produce el efecto esperado
2. Combinatoria; RA: trabaja mediante tareas asociadas
3. Conmutatividad; RA: cambio de acción, de proyecto según las reacciones percibidas

Otros:

- dominar la noción de contacto presionante pero móvil: por lo tanto, ser capaz de contener al oponente en un área o una postura (decúbito supino) usando mi tronco y mis codos/brazos o usando mi tronco y mis rodillas/piernas/pies
- impedir que gatee tomando apoyo para escapar
- impedir que se levante apoyándose en los brazos o en las rodillas

Reglas de acción:

- Para el volteo:

V1 si se agrupa: agarro por debajo de su tronco el costado contrario (cerca del hombro, de la cadera o ambos), tiro con mis brazos mientras empujo con el pecho;

V2 si permanece en extensión: agarro del costado opuesto (cerca del hombro, de la cadera o ambos), y tiro con mis brazos hacia mí y hacia arriba;

V3 si amplía su base de sustentación, abriendo brazos, piernas o ambos: presiono con mi pecho contra el suyo, retiro una de sus extremidades y empujo con pecho hacia el espacio dejado libre, ayudándome de mis piernas;

V4 ...

- Para el control de la inmovilización:

C1 si gira según su eje antero-posterior (ahora perpendicular al suelo): voy girando con él, controlando con pies y manos/brazos;

C2 si gira según su eje vertical (cabeza-pies) hacia mí: empujo con el pecho y estiro las piernas hasta quedar apoyado en mis pies;

C3 si gira según su eje vertical (cabeza-pies) alejándose de mí: desciendo el pecho todo lo que puedo y separo y alejo mis pies;

C4 ...

d) Reflexiones después de la práctica:

- ¿Qué reglas de acción y/o gestión se han utilizado?
- ¿Cuáles han sido más/menos eficaces?
- ¿Qué otras reglas se pueden aplicar?

e) Observaciones para el/la docente:

- Organizar y ubicar los grupos con claridad: espacio, componentes, tiempos...
- Dejar suficiente autonomía para cada grupo.
- Las diferentes reglas de acción aquí nombradas pueden plantearse tal cual, o exponerse sólo algunas de ellas e incluso ninguna, dejando que

sea el alumnado quien las vaya descubriendo, con frecuencia por tanteo y a través de métodos de ensayo-error.

- Supervisar, yendo de grupo en grupo, pero sin perder de vista al resto, que las actividades se van realizando según lo previsto.
- Mostrarse disponible para recibir consultas en cada momento, pero evitando “dar soluciones”; en su lugar, mejor orientar mediante preguntas para la reflexión.
- Poner gran atención en que, en todo momento, se mantenga el respeto (físico y moral) al oponente.

Atención a las diferencias individuales:

En principio, es conveniente que no haya demasiada diferencia de peso entre los oponentes.

Normalmente el alumnado con alguna dificultad motórica no tiene por qué tener dificultades para llevar a cabo este tipo de actividades, más allá de las limitaciones de su capacidad motriz. Normalmente bastará con plantear alguna adaptación específica que se ajuste a su realidad; por ejemplo: ante la falta de un brazo, el inmovilizador no podrá utilizar esa zona para el volteo (cf. V3). En caso de limitaciones severas para estas actividades (ej. silla de ruedas) deberá limitarse la participación a los roles de “observa” y “crono”.

	“inmoviliza”:										“inmoviliza”:									
	“observa”:					“observa”:					“observa”:									
	combate 1					combate 2					combate 3									
V1																				
V2																				
V3																				
V4																				
V...																				
C1																				

C2																																			
C3																																			
C4																																			
C...																																			
Inm																																			

Tampoco tienen por qué existir problemas para quienes presenten alguna dificultad sensorial. Posiblemente el caso más notorio puede ser la hipoacusia que puede subsanarse mediante la sustitución de las señales sonoras (ej. final de la inmovilización) por otras de tipo táctil.

El caso de alumnado con dificultades cognitivas podrá tenerse en cuenta a la hora de formar los grupos de trabajo, facilitando la participación de alumnado mejor dispuesto o que viene llevando a cabo labores de colaboración.

Recomendaciones para la evaluación formativa:

Se plantea un sistema de observación y registro de las acciones intentadas y logradas. Se adjunta una hoja de registro que puede utilizarse o simplemente servir de base para otro sistema de registro más acorde con las necesidades e intereses del momento. En todo caso, lo que interesa es que el grupo tenga constatación de lo sucedido para a partir de ahí, y mediante una breve puesta en común tras cada combate, pueda ir construyendo sus propios esquemas tácticos de combate, que deberán recogerse en un documento aparte, con o sin formato preestablecido y, a su vez, consensuado o no con el profesorado (informe, cuaderno de notas, diario de clase...) que podrá ser utilizado como instrumento de evaluación colectiva.

Ficha tipo de evaluación individual:

Bibliografía:

Robuchon, J.M. y Delaunay, M. (1992-1993). Contenus à enseigner par familles : Combats de préhension. *Revue des enseignants d'Éducation Physique et Sportive, de l'Académie de Nantes*, 7, 21-30.