

DOCUMENTO INSTITUCIONAL DIGITALIZADO

DOCUMENTO

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA. EDUCACIÓN FÍSICA. 4º ESO

Fecha de actualización

ENERO 2024

## 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.

<b>UD 1. ORIENTACIÓN CON BRÚJULAS</b>			
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	<b>CRITERIOS EVALUACIÓN</b>	<b>APRENDIZAJES</b>	<b>SABERES BÁSICOS</b>
CE.EF 1	Crit. 1.5	Resolver una situación de brújulas con un mapa del IES	A. Resolución de problemas en situaciones motrices
		Resolver una situación de brújulas con un mapa del Parque.	
CE. EF 2	Crit 2.2	Planificar una ruta mediante una aplicación informática	B. Manifestaciones de la cultura motriz
CE. EF 4	Crit 4.1	Conservar el medio ambiente	D. Interacción eficiente y sostenible con el entorno
<b>U.D.2 CALENTAMIENTO ESPECÍFICO</b>			

CE.EF 5	Crit. 5.2	Adaptar el calentamiento para una posterior práctica concreta, evitando lesiones.	E. Organización y gestión de la act. física
	Crit. 3.1	Asumir la responsabilidad de organizar a sus compañeros en el calentamiento.	C. Autorregulación emocional e interacción en situaciones motrices
<b>U.D.3 ENTRENAMIENTO RESISTENCIA</b>			
CE.EF 5	Crit. 5.1	Dosificar el esfuerzo durante la práctica.	E. Organización y gestión de la act. física
	Crit. 5.4	Planificar la práctica de actividad física.	
	Crit. 5.4	Autorregular la actividad física orientada a la salud para mejorar en la autoevaluación de la resistencia	
	Crit. 5.4	Conocer las capacidades físicas, sistemas de entrenamiento, los principios, componentes de la carga para poder planificar la práctica de actividad física	F. Vida activa y saludable



<b>U.D. 4. ACROSPORT</b>			
CE.EF 1	Crit 1.3	Cooperar de manera original para el montaje de figuras grupales.	E. Organización y gestión de la act. física
	Crit 1.6	Crear y representar una composición colectiva de acrosport de 3 minutos con base musical, de manera coordinada con la música en algún momento.	A. Resolución de problemas en situaciones motrices
	Crit 3.2	Todos los alumnos son capaces de dirigir a sus compañeros en algún momento de la composición (toma de decisiones) y el grupo gestiona correctamente el tiempo para hacer cada tarea diaria.	C. Autorregulación emocional e interacción en situaciones motrices
			E. Organización y gestión de la act. física
<b>U.D. 5 TENIS DE MESA</b>			
CE. EF 1	Crit 1.2	Adaptar las acciones motrices a las acciones del oponente mediante la observación de su juego.	A. Resolución de problemas en situaciones motrices

			E. Organización y gestión de la act. física
<b>U.D. 6. RCP</b>			
CE. EF 5	Crit 5.3	Utilizar los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia.	E. Organización y gestión de la act. física
<b>U.D. 7. BALONMANO</b>			
CE. EF 1	Crit 1.4	Resolver, utilizando los principios operacionales tácticos, una situación con compañeros y adversarios.	A. Resolución de problemas en situaciones motrices
	Crit 1.1	Realizar un circuito técnico individual.	A. Resolución de problemas en situaciones motrices
CE. EF3	Crit 3.3	Resolver un conflicto en una situación jugada	A. Resolución de problemas en situaciones motrices

<b>U.D. 8. ESCALADA</b>			
CE. EF 1	Crit 1.1	Progresar horizontalmente y verticalmente formando parte de la cadena de seguridad.	A. Resolución de problemas en situaciones motrices
<b>U.D. 9. CROSSFIT</b>			
CE. EF 5	Crit 5.1	Ejecutar de manera correcta los ejercicios para tener una buena educación postural.	F. Vida activa y saludable
CE. EF 2	Crit 2.1	Explicar la evolución de las manifestaciones motrices	B. Manifestaciones de la cultura motriz
	Crit 2.2	Debatir sobre los estereotipos de género	

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

**Tabla 2**

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. La ponderación está establecida por trimestres.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRIT DE EVALUACIÓN	PROCEDIMIENTO EVALUACIÓN	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN	Detalles del instrumento	PONDERACIÓN
<b>UD 1. ORIENTACIÓN CON BRÚJULAS</b>					
CE.EF 1	<b><u>Crit. 1.5</u></b>	Análisis de las producciones de los alumnos	Producción motriz	Determinar el rumbo de 8 puntos en el patio	20%
			Producción motriz	Trabajo de rumbos en el parque	20%
CE. EF 2	Crit 2.2	Observación sistemática	Diario del profesor	Planificar una ruta con wikiloc o una aplicación similar	6,7%
CE. EF 4	Crit 4.1	Observación sistemática	Diario del profesor	Realizar plogging en el parque o el patio mientras estamos en orientación	6,6%

<b>UD. 2 CALENTAMIENTO ESPECÍFICO</b>					
CE.EF 5	<b><u>Crit. 5.2</u></b>	Análisis de las producciones de los alumnos	Trabajo escrito	Dibujar y explicar ejercicios para realizar un calentamiento específico	6,7%
CE.EF 3	Crit. 3.1	Observación sistemática	Diario del profesor	Dirigen a sus compañeros en un calentamiento específico	6,7%
<b>UD. 3 ENTRENAMIENTO RESISTENCIA</b>					
CE.EF 5	Crit. 5.1	Análisis de las producciones de los alumnos	Producción motriz	Carrera diaria sin caminar o sin esprintar, haciendo las tareas pedidas	20%
	<b><u>Crit. 5.4</u></b>	Análisis de las producciones de los alumnos	Trabajo escrito	Trabajo de planificación de un entrenamiento personal	6,6%
		Experimentación	Prueba escrita	Conocer los sistemas de entrenamiento de la resistencia, etc...	6,7%
<b>TOTAL 1ER TRIMESTRE</b>					<b>100%</b>
<b>UD. 4 ACROSPORT</b>					
CE.EF 1	Crit 1.3	Observación sistemática	Diario del profesor	Tareas asignadas diariamente (cooperan)	10%
	<b><u>Crit 1.6</u></b>	Análisis de las producciones de los alumnos	Producción motriz	Representación final montaje acrosport	20%

CE.EF 3	Crit 3.2	Observación sistemática	Diario del profesor	Tareas asignadas diariamente (dirigen a sus compañeros y gestionan bien el tiempo)	10%
<b>U.D. 5 TENIS DE MESA</b>					
CE.EF 1	<b>Crit 1.2</b>	Análisis de las producciones de los alumnos	Producción motriz	Examen práctico 1x1	20%
			Producción motriz	Examen práctico dobles	20%
<b>U.D. 6. RCP</b>					
CE.EF 5	Crit 5.3	Experimentación	Prueba escrita	Conocer primeros auxilios, RCP, maniobra de heimlich, posición lateral seguridad	20%
TOTAL 2º TRIMESTRE					100%
<b>U.D. 7. BALONMANO</b>					
CE.EF 1	<b>Crit 1.4</b>	Análisis de las producciones de los alumnos	Producción motriz	Resolver situación técnico táctica de balonmano aplicando los principios operacionales	10%
	Crit 1.1		Producción motriz	Circuito técnico individual	10%
CE. EF3	Crit 3.3		Producción motriz	Resolver conflictos ante situaciones de inferioridad, de pasivo o de exceso de	10%

				tarjetas de algún jugador...	
<b>U.D. 8. ESCALADA</b>					
CE.EF 1	<b>Crit 1.1</b>	Análisis de las producciones de los alumnos	Producción motriz	Realizar una vía	10%
			Producción motriz	Realizar un paso de boulder	10%
<b>U.D. 9. CROSSFIT</b>					
CE.EF 5	<b>Crit 5.1</b>	Análisis de las producciones de los alumnos	Producción motriz	Realización de un circuito con la técnica correcta	10%
CE. EF 2	Crit 2.1	Análisis de las producciones de los alumnos	Trabajo escrito	Explicar la evolución de la actividad física del siglo XX al XXI	20%
	Crit 2.2	Observación sistemática	Diario del profesor	Debatir sobre los estereotipos de género en algunas actividades físicas como el crossfit (por ejemplo hombre fuerte?/mujer delgada?)	20%
<b>TOTAL 3ER TRIMESTRE</b>					<b>100%</b>

#### **d) Criterios de calificación.**

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: 60%
- Promedio de criterios asociados al instrumento de evaluación ESCALA DE OBSERVACIÓN NUMÉRICA: 20%
- Promedio de criterios asociados al instrumento de evaluación PRUEBAS ABIERTAS/MONOGRAFÍAS: 20%

De no utilizarse alguno de los instrumentos, ese porcentaje será aplicado a los otros instrumentos como 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.

**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 y en su caso, la prueba extraordinaria.

La calificación de final de curso será la media de las calificaciones de las tres evaluaciones.

#### **Proceso de recuperación:**



Cuando algún mínimo no se supere, se entregará al alumno material de apoyo para ayudar en su recuperación.

**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.**

Anteriormente a la primera UD del curso, realizaremos una evaluación inicial. La información obtenida será muy valiosa para la junta de evaluación inicial. Esta evaluación se centrará en 3 aspectos: rellenar una ficha personal por alumno, responder a una serie de preguntas abiertas y realizar tres juegos (uno motor, uno de velocidad de reacción y otro de expresión corporal).

Las actividades buscan aportar información de:

- El ámbito social: al estar al inicio de curso es necesario conocer al alumno, sobre todo las rutinas o actitudes hacia la actividad física y deportiva fuera del centro escolar y si ha tenido o tiene alguna enfermedad o lesión que le afecte a la práctica de actividad física.
- El ámbito cognitivo: las preguntas por escrito que haremos a los alumnos nos permitirán conocer lo que recuerdan o saben del curso anterior.
- El ámbito motor: las capacidades físicas básicas y las capacidades condicionales que tienen relación con la salud en alumnos de estas edades.

Todas estas actividades tienen como fin último poder evaluar el mayor número de mínimos del curso anterior.

En este curso 2023-24 los resultados obtenidos han sido satisfactorios, excepto en dos grupos de 1º de ESO. En estos dos grupos ha existido un número muy elevado de alumnos que en el examen escrito han escrito muy poco o han contestado cosas que nada tenían que ver con lo preguntado.

Por lo tanto, en este curso para 1º de ESO vamos a centrarnos en hacer que redacten en exámenes escritos y mediante pruebas abiertas, ya que los de tipo test hace que los alumnos todavía redacten menos.

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

Existen varios tipos de intervención educativa:

Actuaciones generales de intervención educativa y actuaciones específicas de intervención educativa. Estas actuaciones se pueden aplicar a cualquier alumno, tanto si es ACNEAE (con informe psicopedagógico) como si no lo es.

En este punto sólo explicaremos las actuaciones generales. Las actuaciones generales se pueden aplicar por diversas causas. Para nosotros, la causa que creemos que es más importante son las adaptaciones curriculares no significativas.

Son **adaptaciones** en cuanto a tiempos, actividades, metodología, técnicas e instrumentos de evaluación (sin modificar criterios de evaluación). En un momento determinado, cualquier alumno tenga o no necesidad específica de apoyo educativo puede precisarla. Es la estrategia fundamental para conseguir la individualización de la enseñanza y **tienen un carácter preventivo y compensador**.

Estas adaptaciones pueden ser metodológicas o en contenidos:

**ADAPTACIONES METODOLÓGICAS**, por ejemplo:

-adaptar letra, más tiempo en las producciones motrices, fragmentar contenidos en más exámenes, hacer pruebas orales (en vez de escritas), modificación del material y el espacio utilizado...

**ADAPTACIONES EN CONTENIDOS**, por ejemplo:

-decidir trabajar SOLO con los contenidos mínimos porque, a lo largo de la evaluación, se ha observado que no puede alcanzarlos todos. LA CALIFICACIÓN NO PUEDE SER MAYOR A 5

**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”

**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, hemos realizado un análisis previo a los siguientes aspectos:

- o Características del grupo-clase. Para ello hemos revisado las memorias del curso anterior.
- o Identificación de las propuestas metodológicas.

o Recursos.

Metodologías	Principios metodológicos
Aprendizaje cooperativo	Agrupaciones por niveles. Unidad CLD Los alumnos se agrupan atendiendo a la velocidad de carrera.
	Combinación de agrupamientos. En actividades de colaboración-oposición, evitar que los grupos sean siempre creados por los mismos alumnos.
	U.D.ACROSPORT. Los alumnos se organizarán por grupos para elaborar una coreografía grupal.
Enseñanzas recíprocas	Papel activo del alumno en todo el proceso de enseñanza-aprendizaje. Co-evaluación. U.D. CALENTAMIENTO ESPECÍFICO, los alumnos se evalúan unos a otros cómo han dirigido este calentamiento.
Aprendizajes significativos	Aplicación de los contenidos trabajados en clase, fuera de ella.  Por ejemplo en la UD de ORIENTACIÓN realizando orientación en el parque de Torre Mendoza.

Plantilla de Situación de Aprendizaje

1.- Datos técnicos:

Título:

Etapa 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 este apartado colocamos las lecturas recomendadas y que han sido aprobadas por el Departamento para la materia y curso, y otras actividades o materiales que tienen efectos en la calificación y están vinculadas con criterios y estándares.

Ejemplos de actividades.

<b>Contenido</b>	<b>LECTURA</b>
Métodos del entrenamiento de la resistencia	Apuntes trabajo de la resistencia
Protocolos de intervención ante situaciones de emergencia.	Apuntes de cómo utilizar los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia.
Calentamiento específico	Apuntes de las pautas para realizar un correcto calentamiento específico

**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
Educación no sexista									<b>X</b>
Prevención de accidentes				<b>X</b>		<b>X</b>			
Promoción de vida activa y saludable			<b>X</b>						<b>X</b>
Participación deportiva en su entorno	<b>X</b>							<b>X</b>	
Solución pacífica de conflictos							<b>X</b>		
Seguridad vial	<b>X</b>	<b>X</b>	<b>X</b>						
Respeto a la realidad corporal									<b>X</b>

La educación no sexista se va trabajando en todas las unidades didácticas pero concretamente en la 9 donde debatimos sobre la posición de la mujer y el hombre en el deporte, la educación o la presión social que nos lleva hacia ciertos estereotipos de género.

La prevención de accidentes en el trabajo que hacemos de primeros auxilios o en la seguridad que buscamos en la UD de Acrosport.

La promoción de la vida activa sobre todo en esas unidades donde se trabaja capacidades físicas relacionadas con la salud.

Participación deportiva en el entorno por ejemplo con la orientación en el parque de la ciudad o la escalada en el rocódromo del ayuntamiento.

La seguridad vial al pasar por los pasos de cebra para ir al parque a correr o realizar orientación.

La solución de conflictos se pondrá al alumnado en ciertas situaciones en balonmano. Y el respeto a la realidad corporal en todas las UD pero especialmente en la de crossfit.

**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 1 de orientación, el alumnado tiene que conocer el funcionamiento de una aplicación informática para planificar una ruta.

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.

No hay lugar en nuestra materia.

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

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	CON	RELACIÓN CON
4º ESO	Danzas/teatro	Centro de mayores	Crit 1.6 Actividades de expresión
	Salida a Torre Mendoza		Crit 4.1 Participar en actividades en el entorno
	Acrosport	Intercentros	Crit 1.6 Actividades de expresión
	Visita a Walka en bicicleta	Dpto. matemáticas	Crit 4.1 Participar en actividades en el entorno

**ANEXOS**

**1. EVALUACIÓN INICIAL**

Nombre y apellidos:

Curso y grupo:

1- ¿Qué es el parkour? ¿Que capacidades físicas se desarrollan con el parkour? ¿Me podrías nombrar 3 movimientos básicos de parkour?

2- Explica de manera general qué es un deporte alternativo. A continuación explícame uno de ellos con todas sus reglas de juego.

3- ¿Cuáles son los 3 macronutrientes de los alimentos?

- 1.
- 2.
- 3.



**El calentamiento**

<b>Nombre y apellidos:</b>		
<b>Curso:</b>	<b>Grupo:</b>	<b>Fecha de entrega:</b>

**TU PROPIO CALENTAMIENTO**

Piensa en todos los ejercicios de calentamiento que hemos hecho en clase. Describe y dibuja los que más te gusten, en el lugar adecuado.

**1º MOVILIDAD ARTICULAR:**

Articulación implicada:  DIBUJO	Articulación implicada:  DIBUJO	Articulación implicada:  DIBUJO
Articulación implicada:  DIBUJO	Articulación implicada:  DIBUJO	Articulación implicada:  DIBUJO

**2º CARRERA CON COORDINACIÓN**

Descripción: DIBUJO	Descripción: DIBUJO	Descripción: DIBUJO
Descripción: DIBUJO	Descripción: DIBUJO	Descripción: DIBUJO

### 3º ESTIRAMIENTOS

Músculo implicado: DIBUJO	Músculo implicado: DIBUJO	Músculo implicado: DIBUJO
Músculo implicado: DIBUJO	Músculo implicado: DIBUJO	Músculo implicado: DIBUJO

### 4º EXPLICA UN JUEGO

Tiene que ser un juego que hayas jugado (recuerda que te pido un juego, no un deporte). Puede ser cualquiera que hayas realizado anteriormente en algún curso en la asignatura de educación física.

Explica perfectamente todas las reglas para jugar correctamente. Puedes seguir el siguiente índice:

- 1º Nombre del juego
- 2º Número de jugadores
- 3º Lugar donde se juega
- 4º Material necesario
- 5º Todas las normas de juego



## CUESTIONARIO INICIAL

Apellidos y nombre: \_\_\_\_\_

Curso y grupo: \_\_\_\_\_

Lugar de residencia: \_\_\_\_\_

### DATOS MÉDICOS

¿Has tenido alguna enfermedad o lesión que te haya imposibilitado la práctica de la Educación Física?                      SI    NO

¿Qué enfermedad o lesión?

\_\_\_\_\_

—

¿La sigues padeciendo?                      SI    NO

En caso afirmativo, ¿qué actividad física te recomienda el médico que NO realices?

\_\_\_\_\_

—

NOTA: Si posees informe médico, pídeles a tus padres o tutor legal y me entregas una fotocopia.

### HÁBITOS – ACTITUD

¿Practicas alguna actividad física o deporte habitualmente?                      SI    NO

¿De qué deporte o actividad física se trata?

\_\_\_\_\_

—

¿Dónde y con qué frecuencia la practicas?

\_\_\_\_\_

—

Es importante que realices tu propia valoración de cuál es tu estado físico para realizar movimientos o esfuerzos físicos (rodea una de las siguientes opciones).

Muy bueno                      Malo                      Regular                      Bien

FIRMA Y FECHA.

## 2. EJEMPLO DE SITUACIÓN DE APRENDIZAJE