



PROGRAMACIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA
IES Josefina de la Torre

Curso 2019-20

INTRODUCCIÓN

El diseño de esta programación va dirigido al alumnado del centro denominado I.E.S. Josefina de la Torre, sito en C/ Los Llanos Nº 7, Vecindario, municipio de Santa Lucía de Tirajana.

El IES Josefina de la Torre es un centro de enseñanza secundaria donde se imparten enseñanza obligatorias (E.S.O), postobligatorias (Bachillerato), de formación profesional inicial (FPB) y de transición a la vida adulta (Aula Enclave). En el curso actual, 2020-21, contamos con cinco unidades de primero de ESO, siete de segundo (con un PMAR), siete de tercero (con un PMAR) y cinco de cuarto. En cuanto a Bachillerato, se imparten cinco: el Bachillerato de Artes Escénicas (1º y 2º) y el de Ciencias Sociales, Humanidades (1º y 2º), así como un grupo de 1º de Ciencias y Tecnología y Artes Plásticas y por último un bachillerato de Ciencias de la Salud y Tecnología. Asimismo se imparte un programa de Transición a la Vida Adulta (Aula Enclave). En la formación profesional se imparten dos años de F.P. Básica de 'Cortinaje y Tapicería'.

Actualmente, cursan estudios en nuestro centro cerca de 646 alumnos/as, provenientes en su mayor parte de nuestra zona de adscripción (en su mayor parte la zona de Los Llanos y áreas adyacentes). Población variopinta donde, en la misma zona residencial, conviven comunidades en viviendas adosadas de reciente construcción (con buen porcentaje de residentes oriundos de otros municipios o barrios), viviendas sociales y parte del casco crecido alrededor de la carretera principal. Como resultado tenemos un alumnado muy *heterogéneo*, con porcentajes significativos de nuevos residentes en el municipio, incluyendo un buen porcentaje de inmigrantes. El nivel socio-económico de las familias es medio-bajo. En líneas generales, podemos afirmar que el alumnado tiene dificultades de comprensión y de expresión oral y escrita. Son deficitarios en hábitos de trabajo, su motivación hacia los estudios es escasa y sus expectativas sobre su futuro profesional y académico poco ambiciosas.

Los objetivos generales del centro están recogidos en la PGA del mismo. De forma genérica, son objetivos acordes a las líneas generales de la Consejería de Educación, es decir, (1) mejora de la tasas de titulación, del éxito escolar y del nivel de desarrollo de las competencias básicas, (2) mejora de las tasas de idoneidad, (3) mejora del clima de convivencia escolar, (4) disminución de las tasas de absentismo y abandono escolar. Por otro lado los objetivos contribuyen a la mejora de la organización, funcionamiento y dotación de nuestro centro, con especial atención al avance en la implantación de las TIC's, así como los Planes y Programas que aportan un valor añadido y de Calidad.

En el IES Josefina de la Torre se trabajan numerosos proyectos, programas y grupos de trabajo en Red, entre ellos el Plan de Convivencia, Plan Lector, Programa CLIL (Aprendizaje Integrado de Contenidos y Lengua Extranjera) y Red de Escuela Promotoras de la Salud, donde el departamento de Educación Física toma parte activa.

En el curso 2019/2020, el Departamento de Educación Física está formado por los siguientes profesores y su asignación de materias es la que sigue:

- José Francisco González Socas: (18h) 1º Bachillerato (16h) + 2º Bachillerato CC.SS. (2h) Acondicionamiento Físico
- Ovidio Quintana Falcón: 2º ESO (4h) + 3º ESO (12h) + 2º de Bachillerato (2h)
- Jesús León González: 2º ESO (8h) + 4º ESO (10h) + Red de Escuelas Promotora de la Salud

Carlos Pérez Reyes: 1º ESO (10h) + 1º FPB (5h) + Jefatura de Departamento (2h) + CLIL (1h)

El departamento se reunirá en sesión ordinaria los jueves de 12.40 a 13.30 horas.

La programación para este curso se basa en la experiencia y el análisis previo del profesorado que compone este Departamento, así como en los currículos prescriptivos y las particulares condiciones impuestas por la actual pandemia. .

CONTRIBUCIÓN DE LA EDUCACIÓN FÍSICA A LA ADQUISICIÓN DE LAS COMPETENCIAS CLAVE

La educación basada en competencias permite identificar los resultados del aprendizaje esperados desde un planteamiento integrador orientado a la aplicación de los saberes adquiridos, con el objeto de que los alumnos y alumnas consigan su desarrollo y realización personal, el ejercicio de la ciudadanía activa, la incorporación satisfactoria a la vida adulta y la participación en un aprendizaje permanente a lo largo de la vida. Desde esta perspectiva, la materia de Educación Física, a través de la competencia motriz, está comprometida con la adquisición del máximo estado de bienestar físico, emocional y social posible en un ambiente saludable.

La contribución de la materia a las competencias clave favorece la perspectiva sistémica de los aprendizajes y el tratamiento integral de los contenidos. De esta manera, contribuye al desarrollo de la competencia en **comunicación lingüística** mediante la gran variedad de intercambios comunicativos que se producen en la práctica, el respeto en el uso de las normas que los rigen, el vocabulario específico que se utiliza y el que aporta la Educación Física a otras materias, poniéndose de manifiesto, por ejemplo, en el diálogo como mecanismo para la resolución de conflicto y en la organización del conocimiento, ya que la interacción verbal entre los protagonistas del proceso de enseñanza y aprendizaje favorecen la construcción colaborativa de significados. La decodificación de mensajes provenientes del ámbito de la motricidad (conductas motrices en los juegos, en los deportes o en la expresión corporal) pone en orden las ideas y el pensamiento sobre la ejecución motriz y su valoración, produciéndose un proceso de interpretación similar al lingüístico en la transformación de un código verbal en otro motriz y viceversa.

Al desarrollo de la **competencia matemática** y competencias básicas en ciencia y tecnología hay contribución en cuanto el reconocimiento de aspectos ya tratados en etapas anteriores pero que están permanentemente presentes en la acción motriz: aspectos relacionados con el orden y las secuencias de las acciones, las dimensiones, las trayectorias espaciales y formas geométricas, las velocidades y la interpretación del comportamiento motor a través de diversas unidades de medida; y todo ello haciéndose más complejos por la influencia del desarrollo madurativo de la adolescencia

en los componentes cuantitativos y cualitativos de la conducta motriz y, en consecuencia, de la competencia motriz.

De este modo hay una nueva dimensión del posicionamiento de los escolares con relación a sí mismos, a los objetos y en la interacción con los demás, que permitirán la observación, identificación y comprensión de hechos y sucesos mediante la interiorización y la reflexión sobre su propio movimiento. Además, el conocimiento y comprensión del funcionamiento del cuerpo, la práctica y la valoración de la actividad física como elemento indispensable para preservar la salud, la prevención de riesgos derivados del sedentarismo y la reflexión sobre el efecto que determinadas prácticas tienen en el organismo y en el entorno donde se desarrollan, reforzarán las capacidades presentes en la competencia básica en ciencia.

La indagación, selección, análisis e integración de información y experiencias relacionadas con los distintos entornos tecnológicos de enseñanza y aprendizaje y su transferencia al ámbito motor constituyen indicadores que favorecen el desarrollo de la **competencia digital**. El protagonismo de esta competencia en nuestra sociedad se observa en que nuestro alumnado dispone utensilios digitales con múltiples aplicaciones que ofrecen información para la orientación en entornos urbanos o naturales, de cuantificación de distancias o gasto energético, etc. Pero también para el análisis cualitativo del movimiento realizado.

El uso de estas aplicaciones en el ámbito educativo, debe realizarse valorando críticamente su utilidad por cuanto los mensajes referidos al cuerpo pueden distorsionar la propia imagen corporal. En este sentido, tampoco es desdeñable la reflexión sobre la información ofrecida por diferentes medios de comunicación a los que solemos acceder a través de la red y que podemos aprovecharnos de ésta para el acercamiento a nuestros propios referentes culturales (bien sean manifestaciones deportivas, artísticas o nuestros juegos y deportes populares y tradicionales).

El desarrollo de la **competencia de aprender a aprender** es inherente a la Educación Física. Dos dimensiones son básicas: hacer consciente al alumnado de sus capacidades y limitaciones como punto de partida de un progreso

hacia un estado de bienestar psicofísico, y favorecer la comprensión de la funcionalidad y de las posibilidades de transferencia de sus aprendizajes motrices. Así, la conciencia de los efectos que la actividad física tiene en la salud individual y colectiva, la reflexión sobre los cambios de nuestro cuerpo a lo largo de nuestra vida y la motivación, el esfuerzo personal y la voluntad, se enfocan hacia esta competencia desde la competencia motriz. Tal reflexión promoverá la realización de tareas motrices con diferentes niveles de complejidad, teniendo en cuenta tanto la maduración como el establecimiento de metas alcanzables que generen autoconfianza y un progresivo desarrollo de una actitud responsable y autónoma en el alumnado hacia su propio aprendizaje.

Se contribuye al desarrollo de las **competencias sociales y cívicas**, tomando en consideración las interacciones sociales que se producen en los contextos de aprendizaje, en la propia estructura y dinámica de las tareas, los espacios, recursos y entornos que se utilizan para el desarrollo de las sesiones. Igualmente, la realización de actividades físicas sociomotrices o que hagan más significativa la relación social y el respeto a los demás, propicia el desarrollo de habilidades sociales y de actitudes inclusivas.

Son aspectos de esta competencia en Educación Física la asunción o la elaboración de normas para la actuación individual y colectiva, la aceptación tanto de las diferencias como de las 9 posibilidades y limitaciones propias y ajenas y la promoción de la igualdad de oportunidades, la incorporación del diálogo y la mediación en la resolución de conflictos partiendo del respeto a la autonomía personal. El análisis y valoración del deporte como hecho cultural y fenómeno social ofrece diversas opciones de intervención (como participante, espectador o consumidor).

La aportación del área al desarrollo del sentido de **iniciativa y espíritu emprendedor**, parte de la autonomía personal, emplazando al alumnado a tomar decisiones con progresiva emancipación sobre aspectos de ejecución y de organización de las distintas tareas motrices, promoviendo actitudes de autosuperación y perseverancia para la consecución de sus propios logros. A través de la resolución de problemas motrices y que incidan sobre los mecanismos

la acción motriz, se contribuye al desarrollo de la creatividad, afrontando la búsqueda de soluciones de forma individual o colectiva.

Finalmente, se contribuye al **desarrollo de la conciencia y expresiones culturales** a través de la comunicación creativa de ideas, sentimientos, emociones y vivencias, por medio de la exploración y utilización de las posibilidades y recursos del cuerpo y del movimiento. Se logra, asimismo, mediante la práctica, la valoración crítica y la aceptación de diferentes manifestaciones sociales de la motricidad (actividades expresivas, lúdicas y deportivas) en las que destacamos las diferentes manifestaciones culturales motrices de Canarias.

CONTRIBUCIÓN A LOS OBJETIVOS DE ETAPA

La Educación Física contribuye en el desarrollo de los objetivos generales de esta etapa en tanto participa de una educación inclusiva. Sobre todo al conocer el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetando las diferencias, afianzando hábitos de cuidado y salud corporales e incorporando la Educación Física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social, propiciando la valoración crítica de los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente para contribuir a su conservación y mejora. Desde este punto de partida, contribuiremos al desarrollo de otros objetivos de la etapa.

A través de la convivencia en el desarrollo de las tareas motrices, el alumnado deberá asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a los demás con independencia de géneros o condiciones, desarrollar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática, adquiriendo hábitos de disciplina en su propio trabajo individual o en equipo como condición

necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.

También desde nuestra materia se promueven las capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, la prevención y la resolución pacífica de los posibles conflictos que se den mediante actitudes contrarias a la violencia, el respeto de los derechos humanos, a las diferentes culturas y las diferencias entre personas, la igualdad de derechos y oportunidades de hombres y mujeres y la no discriminación de personas con discapacidad en las práctica de las actividades físicas.

El empleo correcto del lenguaje es un aspecto esencial en el que la utilización de las fuentes de información con sentido crítico para adquirir o apoyar nuevos conocimientos, especialmente en el campo de las tecnologías de la información y la comunicación, se hace necesario.

El conocimiento, valoración y respeto por los aspectos básicos del deporte como creación de la cultura, del que disponemos un amplio repertorio en nuestro patrimonio, así como apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones motrices expresivas que utilizan diversos medios de representación.

Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas pero que se apoyan, como las que configuran los ámbitos científicos o sociales.

Desde la Educación Física también desarrollamos la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal, la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades, pero también la creatividad.

MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS

Los recursos didácticos o materiales que utilizaremos a lo largo de este curso son:

- Material deportivo del departamento.
- Material deportivo del alumnado.
- Cuaderno.
- Apuntes confeccionados por el departamento y disponibles en la web del centro.
- Plataformas digitales de formación a distancia

ORIENTACIONES METODOLÓGICAS Y ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS.

En Educación Física los procesos de enseñanza y aprendizaje han de seguir una metodología que permita integrar distintos modelos, métodos, estrategias y técnicas pedagógicas con las que plantear las tareas al alumnado. El grado de apertura de estas estrategias marcará su orientación hacia la instrucción, la participación y la emancipación en función del objetivo, su dificultad, el momento o la situación de enseñanza en que se encuentre, así como las variables de organización de las actividades, recursos y agrupamientos.

El desarrollo didáctico de los contenidos debe contribuir al desarrollo de las competencias a partir de la generación de entornos de aprendizaje inclusivos orientados a que las tareas estén al alcance de todo el alumnado en su diversidad,

de forma que el alumnado participe activa y significativamente en la práctica con independencia de su competencia motriz de partida. Para ello, puede ser necesario modificar algún aspecto del contexto de aprendizaje (el espacio, el tiempo, los materiales, las reglas de la tarea, la comunicación motriz, etc.) o establecer ayudas puntuales (visuales, sonoras o kinestésico-táctiles) para el alumnado que presente mayores dificultades, y así facilitar la participación activa de todo el grupo.

Para facilitar este proceso de inclusión, el profesorado debe ofrecer situaciones motrices en contextos variados, desde situaciones en las que únicamente se trata de controlar los propios movimientos en un medio estable o de conocer mejor las propias posibilidades, hasta otras en las que las acciones deben responder a estímulos externos y coordinarse con las actuaciones de cooperación u oposición y en las que las características del medio pueden ser cambiantes para asegurar la participación activa y significativa de todo el alumnado, independientemente de sus capacidades. Por tanto, se propone el principio de inclusión como modelo educativo que reemplace al modelo integrador predominante.

En muchos casos, estas propuestas se van a desarrollar en grupo en los que el alumnado debe asumir diferentes roles y responsabilidades, incluyendo el liderazgo, la dirección o el arbitraje; constituye una oportunidad para incidir sobre capacidades de inserción social. Asimismo, se han de plantear las estrategias apropiadas para la solución de las diferentes situaciones motrices, el análisis crítico de los productos que oferta el mercado relacionados con las actividades físicas y el desarrollo de la autoestima. El tratamiento didáctico de todos ello debe facilitar, por una parte, una vivencia positiva de la práctica y, por otra, una reflexión rigurosa en la que el alumnado disponga del componente cognitivo y volitivo necesario para dar el paso desde la creencia general de que la actividad física es buena para la salud hacia la consolidación de la actitud hacia dicha práctica.

A partir de esta contextualización en una materia con una riqueza y matices tan sutiles, difícilmente estos criterios

de evaluación se pueden entender como un todo en sí mismos, pero en ellos se constituyen los aprendizajes imprescindibles de cada nivel y, en su conjunto, los de la etapa, manteniendo una relación inherente con los diferentes elementos curriculares.

EVALUACIÓN.

La evaluación será continua, considerándose un elemento inseparable del proceso educativo, no pudiendo ser únicamente el resultado de pruebas, controles o exámenes finales; mediante ella el profesor deberá recoger la información de manera permanente acerca del proceso de enseñanza y del proceso de aprendizaje de sus alumnos. Así, por ejemplo, deberá detectar los avances y dificultades en el proceso de aprendizaje del alumnado.

Atenderá a la singularidad de cada alumno, en el sentido de que tendrá en cuenta la totalidad de la persona: sus posibilidades, sus conocimientos, el esfuerzo y trabajo que realiza, etc. Tendrá carácter regulador del proceso educativo, proporcionándonos una información constante que nos permita introducir las variaciones necesarias para mejorarlo, con lo que la evaluación también tendrá un carácter formativo y orientador del mismo.

Se utilizarán los siguientes referentes para la evaluación:

- **OBSERVACIONES DE LA SESIÓN :**

- Uso de la vestimenta y calzado adecuado.
- Aportación y uso del material propio.

- Actitud participativa y colaboradora en el trabajo en grupo.
- Actitud general positiva ante el aprendizaje propio y de los compañeros.
- Actitud de respeto hacia el profesor, los compañeros y el material.
- Asistencia a clase y puntualidad.
- Cuidado del espacio de práctica física y del aula, así como del material de trabajo.
- Puntualidad en la entrega de trabajos.
- Aseo e higiene personal.

El incumplimiento de cualquiera de los apartados anteriores supondrá la pérdida de 0'5 puntos en ESO y en bachillerato de la nota global de la evaluación por cada uno de las faltas cometidas.

b) PRUEBAS ESCRITAS Y PRÁCTICAS:

- El alumno demostrará en estas pruebas el grado de asimilación de los contenidos desarrollados en la etapa de que se trate. Para ello se utilizarán rúbricas que establezcan un criterio adecuado al grado de consecución del alumnado sobre los contenidos impartidos.
- Pueden ser de tipo individual y colectivo.
- Se realizarán en cualquier momento de las Unidades de contenido o en etapas terminales de contenidos.
- Los contenidos de dichas pruebas se ceñirán exclusivamente a los contenidos desarrollados dentro de la unidad didáctica o de la etapa terminal. Asimismo se pueden incluir todas las aportaciones realizadas por el alumnado.
- Los trabajos, así como el cuaderno de la asignatura serán elementos imprescindibles en la evaluación del alumnado y

aportarán ciertos aspectos procedimentales a los contenidos que de por sí son más teóricos o fundamentalmente conceptuales.

PRUEBA EXTRAORDINARIA

La prueba extraordinaria, tanto para la ESO como para el Bachillerato, constará de un ejercicio práctico de un máximo de 10 preguntas. Las preguntas que se realicen deberán recorrer los diferentes bloques de contenidos impartidos de la programación. En la ESO el alumando también deberá entregar el cuaderno, que formará parte de la nota global de la prueba.

EVALUACIÓN DEL ALUMNADO CON LA MATERIA PENDIENTE DE CURSOS ANTERIORES.

ESO: La valoración positiva de la evaluación ordinaria de junio del curso actual implicará la superación de la materia de cursos anteriores.

BACHILLERATO: En el mes de mayo, según la normativa vigente, se convocará un examen para la recuperación de la materia pendiente, al no tener continuidad en el segundo curso.

ORIENTACIONES PARA MEJORAR EL RENDIMIENTO DEL ALUMNADO CON PROBLEMAS DE APRENDIZAJE.
MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.

Atendiendo al Decreto 104/2010, de 29 de julio por el que se regula la atención a la diversidad del alumnado y a la Resolución de 30 de enero de 2008, por la que se dictan instrucciones para los centros escolares sobre la atención educativa y la evaluación del alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo (NEAE), daremos respuesta educativa al alumnado de nuestro centro atendiendo a sus características y necesidades.

Para ello, contemplaremos *medidas ordinarias* y *extraordinarias* no siendo excluyentes entre sí.

Las *medidas ordinarias* son las destinadas a promover el desarrollo pleno y equilibrado de las capacidades establecidas en los objetivos de la etapa. Dentro de estas destacamos:

Medidas de carácter general a desarrollar con el grupo-clase		
<i>1.- Medidas organizativas en el aula</i>	Medida de carácter TEMPORA L y ABIERTA	<ul style="list-style-type: none">• Ubicación del alumnado: Situar al alumnado con mayor dificultad cerca del profesorado evitando distractores.• Colocación del grupo-clase: Será el profesor/a quien lo decida en función de la característica del grupo. Se podrá “negociar” sentarse en pequeño grupo, en forma de “U”, etc.

2.- <i>Estrategias didácticas</i>	Medida de carácter FLEXIBLE	<ul style="list-style-type: none"> • Estilo educativo del profesorado: Democrático; se trata de actuar con “mano izquierda”. Poner límites pero ser condescendientes a la vez. • Generar un buen clima de clase: Hablar al alumnado sin brusquedad, darles un aviso, anticiparle las consecuencias de su comportamiento. • Adoptar una actitud positiva que contemple al alumnado de actitud negativa como un reto profesional a superar más que como un conflicto.
3.- <i>Permanencia un año más en el curso (Repetición)</i>	Medida ordinaria de atención a la diversidad	<p>Cuando el alumno/a no promocione, deberá permanecer un año más en el mismo curso.</p> <p>El alumnado podrá repetir el mismo curso una sola vez y dos veces como máximo dentro de la etapa.</p>

Por otra parte, consideramos *medidas extraordinarias* aquellas que se aplican después de que las medidas ordinarias no aporten las respuestas suficientes y adecuadas a las necesidades de nuestro alumnado siendo:

Medidas de carácter extraordinario a desarrollar en la materia		
1.- <i>Adaptación es del currículo</i>	Adaptación Curricular (AC)	<ul style="list-style-type: none"> • Se ajusta los elementos del currículo al contexto del centro, lo que implica la adecuación de los objetivos, contenidos, metodología o criterios de evaluación de nuestra materia, pudiéndose llegar a la supresión de algún contenido sin que afecte a la consecución de los objetivos y al grado de adquisición de las competencias básicas. • Introducimos instrumentos de evaluación diversificados (cuadernos de clase, trabajo diario, observación, proyectos, exposiciones, participación, buena conducta...)

		<ul style="list-style-type: none"> Adecuamos los pesoso porcentajes en los criterios de calificación en función de las características del alumnado con AC.
--	--	---

En el curso escolar 2020/21 el alumnado NAE se distribuye de la siguiente manera:

	Alcain	TDAH	ECOPHE	DISCAPAC	TEA	DEA	INTARSE	TGC
1º ESO	2	3	6	1	2	-	1	1
2º ESO	4	2	4	-	3	-	-	-
3º ESO	-	3	1	2	-	-	-	-
4º ESO	1	8	-	-	-	-	-	-
1º BACH	-	1	-	-	1	-	-	-
2º BACH	1	1	-	-	-	1	-	-

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES

- Condicionadas a la evolución de la pandemia, durante el primer trimestres estarán suspendidas.

CONCRECIÓN DE LOS PLANES Y PROGRAMAS DE CONTENIDO PEDAGÓGICO A DESARROLLAR EN EL CENTRO: PLAN LECTOR

Se recoge en la Ley Orgánica de Educación que en relación con la ESO los centros elaborarán sus propuestas pedagógicas para esta etapa teniendo en consideración la atención a la diversidad y el acceso de todo el alumnado a la

educación común. Asimismo, arbitrarán métodos que tengan en cuenta los diferentes ritmos de aprendizaje de los alumnos.

La mencionada Ley recoge, textualmente, que a fin de promover el hábito de la lectura, se dedicará un tiempo a la misma en la práctica docente de todas las materias.

A este respecto, el departamento de Lengua Castellana y Literatura ha elaborado un calendario de lectura en el que se repartirán las semanas lectivas entre los departamentos o materias para desarrollarlo de forma que se persigan dos situaciones:

- Cada grupo de alumnos debe leer una hora a la semana dentro del Plan de Lectura General.
- Cada semana habrá un departamento o materias encargados de llevar al grupo la hora de lectura.

ESTRATEGIAS DE TRABAJO PARA EL TRATAMIENTO TRANSVERSAL DE LA EDUCACIÓN EN VALORES.

El IES Josefina de la Torre promueve valores educativos, sociales y artísticos como guías orientadoras de su ejercicio docente y de convivencia, con la intención de alcanzar la realización personal de los individuos y contribuir a la mejora de la sociedad.

Estos valores, todos iguales por su importancia, se sustentan en las actitudes que existen de manera real en las personas y no son principios que “preexistan” con independencia a ellas.

Basándonos en PEC, se trabajarán los siguientes:

- Humanidad. Formación integral: La formación integral de personas solo puede conseguirse en un ambiente de solidaridad, diálogo, tolerancia e intercambio cultural, mediante el compromiso, la empatía y un comportamiento ético.
- Autonomía: Se pretende que nuestro alumnado trabaje las herramientas necesarias (superación, esfuerzo, constancia y espíritu crítico), para ser -y sentirse- libre y autónomo en su realización personal y en su interacción con el mundo.
- Sensibilidad artística: La sensibilidad artística es un eje fundamental de la formación integral de la persona, alcanzable mediante el disfrute, la creatividad y la apreciación del fenómeno artístico y cultural.
- Canariedad: Se pretende que nuestro alumnado conozca, disfrute, valore y contribuya al enriquecimiento de nuestra idiosincrasia cultural e histórica sintiéndose protagonista de la misma.
- Participación: Se promoverá en el alumnado el interés por implicarse en la vida del centro, como vía para que aprenda a ser parte activa de la vida en sociedad y en su construcción democrática, mediante la cooperación y el diálogo.
- Educación saludable: Se fomentará la adopción, por toda la comunidad educativa, de modos de vida sanos y promovemos un ambiente favorable a la salud física, psíquica, social y ambiental.
- Sostenibilidad: Se pretende que el alumnado conozca el estado del desarrollo económico-social y sus efectos sobre el medio ambiente para que se comprometa en la conservación del equilibrio del planeta, tanto a nivel local como global.

PROCEDIMIENTOS QUE PERMITEN VALORAR EL AJUSTE ENTRE EL DISEÑO, EL DESARROLLO Y LOS

RESULTADOS DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA.

El Departamento dispone de cuatro medios para valorar el desarrollo y resultados de la Programación Didáctica:

- Al inicio del curso escolar: En la programación que se realiza a comienzo de cada curso escolar se tienen en cuenta las sugerencias aportadas, tanto por el claustro de profesores como por el departamento, en el curso precedente, se establecen nuevas propuestas didácticas y/o se ajustan las ya contempladas.
- Reuniones de Departamento semanales: En estas reuniones se plantea el seguimiento de lo programado, los desajustes que se presentan y las reorganizaciones de la programación que sean necesarias. También se plantean aspectos de orden general, como procedimientos de trabajo, unificación en la toma de datos y criterios de calificación, criterios uniformes para cuadernos, etc., sugerencias organizativas, dificultades y medidas que ayuden a mejorar, atención a alumnos con la materia pendiente de cursos anteriores.
- Memorias elaboradas al finalizar cada evaluación: Se realiza una valoración sobre el grado de cumplimiento de la programación, dificultades detectadas, propuestas de mejora, etc. referidas a la evaluación recién finalizada y con propuestas para la que comienza. Se realiza, si fuera necesario, una reorganización de los contenidos de la programación y de la temporalización.
- Evaluación general al término del curso escolar: Se elabora una memoria general anual en la que se recoge de forma

global y resumida, el grado de desarrollo y resultados de la programación durante el curso escolar.

Para este curso se establecen tres planes diferentes para la impartición de esta programación:

Plan A (Presencial): La programación se impartirá tal y como está diseñada teniendo en cuenta las medidas y el plan de contingencia del centro siguiendo las recomendaciones sanitarias por la incidencia de la pandemia derivada del Covid-19. Todos los apuntes y documentos que se harán llegar a los alumnos/as serán colgados digitalmente en la página web del instituto www.iesjosefinadelatorre.org.

Plan B (Semipresencial): Igual que el plan A, estableciendo además un seguimiento on line de las sesiones de cada grupo en la plataforma Google Classroom.

Plan C (On Line): Igual que plan B, estableciendo además videollamadas o videoconferencias en las horas asignadas para las sesiones de E.F. en la plataforma Google Meet.

Se realizará un Diagnóstico Inicial del Alumnado para dar respuesta a los principios de inclusión y equidad con respecto a los aprendizajes que se consideren esenciales y que no se impartieron en el curso 19-20 debido al confinamiento provocado por la pandemia del Covid-19. (Dado el carácter general y abierto de nuestra área y en función de los criterios de evaluación trabajados en el curso anterior, el Dpto. de Educación Física no considera, de manera general (se verá cada caso particular), necesario implementar otras formas de organizar el currículo ni agrupamientos del alumnado garantizando la continuidad del proceso educativo del alumnado para el desarrollo y adquisición de las competencias y en la consecución de los objetivos de etapa.

En cuanto a las medidas de refuerzo y de recuperación de alumnado con aprendizajes impartidos y no adquiridos de cursos anteriores, el Dpto. de Educación Física establece realizar un Plan en el que a través de las diferentes situaciones de aprendizaje propuestas en la programación para este curso se valoren a dicho alumnado los criterios de evaluación de 4º Eso pudiendo recuperar así la materia del curso anterior.

En cuanto a la Atención a la Diversidad debemos constatar como cobra una especial relevancia en el contexto actual. Para ello podrá ser necesario el reajuste del propio diseño de las diferentes situaciones de aprendizaje de manera que se adecúen, en función de la diversidad específica de necesidad del alumno/a, los elementos de la secuencia didáctica a sus características para que pueda aprender y participar de experiencias de aprendizaje comunes y universales (adecuación de entornos, materiales adaptados) ofreciendo múltiples propuestas que fomenten su autonomía. En los tres planes de programación (A, B y C) se procurará que este alumnado cuente con el material adaptado a sus necesidades y con recursos tecnológicos específicos para la enseñanza-aprendizaje.

En cuanto a Aspectos Metodológicos, el departamento de E.F. fomentará la utilización de metodologías, estrategias y/o técnicas metodológicas como aprendizaje cooperativo; flipped learning (aprendizaje invertido) y gamificación; que favorezcan la integración activa y normalizada de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) así como la Competencia Digital.

PLAN DE ACTUACIONES PARA LA MEJORA DE RESULTADOS:

Los resultados en Educación Física han sido tradicionalmente positivos en todos los niveles. En caso de detectar algún descenso en alguna de las evaluaciones se estudiará la toma de medidas conducentes a su mejora.

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA

Centro educativo: IES Josefina de la Torre

Estudio (nivel educativo): 1º ESO

Docentes responsables: Carlos Pérez Reyes

Punto de partida (diagnóstico inicial de las necesidades de aprendizaje): Cinco grupos con 91 alumnos/as, pocos de ellos repetidores. Los grupos son bastante heterogéneos en el aspecto motriz. En general los grupos son participativos en las sesiones y tiene una actitud adecuada.

Justificación de la programación didáctica (orientaciones metodológicas, atención a la diversidad, estrategias para el refuerzo y planes de recuperación, etc.): Una vez cimentadas las bases de la motricidad en la etapa de Educación Primaria, corresponde al área de Educación Física en la Educación Secundaria Obligatoria afrontar los cambios que experimenta el alumnado en su desarrollo y el empleo de su conducta motriz en diversos contextos específicos de práctica. El alumnado de esta etapa se encuentra en un proceso de cambios morfológicos y funcionales de sus estructuras corporales, diferenciadas en ambos sexos y que pueden afectar a su desarrollo personal y emocional. Estos cambios se ponen también de manifiesto en la alteración de las capacidades coordinativas generales del desarrollo motor y en la evolución de sus capacidades físicas básicas. En este sentido, se deben asegurar la adquisición de aprendizajes y el desarrollo de capacidades que perfeccionen y aumenten las posibilidades de movimiento de los alumnos y alumnas, mejoren su nivel de habilidad motriz y les permitan asumir valores, actitudes y normas en relación con el cuerpo y el movimiento.

Nos apoyaremos en los distintos modelos de enseñanza, dándole en cada momento su valor e intensidad de aplicación, según el desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje, las expectativas, nivel inicial y características de nuestro alumnado, así como de los contenidos a trabajar y sobre todo de los objetivos a alcanzar. La realidad del aula es muy compleja y cada sesión nos puede exigir la aplicación y combinación de varios de ellos, por ello nuestro planteamiento es flexible pero siempre tendente a conseguir la máxima participación, autonomía y emancipación posible del alumnado y atendiendo a la complejidad de los contenidos propuestos, objetivos a alcanzar y progresión, cohesión y madurez del grupo de alumnos/a al que vaya dirigido.

Concreción de los objetivos al curso:

- 1. Valorar los efectos de la práctica físico-motriz en la mejora de la salud y la autoestima
- 2. Incrementar sus posibilidades de rendimiento motor mediante el acondicionamiento de las capacidades físicas y la mejora de la habilidad motriz, utilizando la percepción y la toma de decisiones en las distintas situaciones físico-motrices.
- 4. Realizar actividades físico-motrices en entornos habituales y en el medio natural, contribuyendo a su conservación y mejora, previa valoración del estado de sus capacidades físicas y habilidades motrices.
 - 5. Practicar y conocer modalidades deportivas y recreativas psicomotrices y sociomotrices, ajustando la acción de juego a su lógica interna.
- 6. Mostrar habilidades sociales y actitudes de respeto, tolerancia, trabajo en equipo y deportividad en la práctica de actividades físico-motrices, con independencia de las diferencias culturales, sociales y de habilidad motriz, utilizando el diálogo y la mediación en la resolución de conflictos.
- 7. Utilizar y valorar los recursos expresivos del cuerpo y del movimiento como medio de comunicación y expresión creativa.

- 8. Practicar y valorar los juegos y deportes tradicionales de Canarias y de otras culturas.
- 9. Participar de forma activa en diferentes actividades físico-motrices, valorándolas como un recurso adecuado para la ocupación del tiempo libre, respetando las normas y reglas establecidas, evitando discriminaciones.
- 10. Aplicar las tecnologías de la información y la comunicación al desarrollo de los contenidos de la materia como recurso para la mejora del aprendizaje.

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN:01										
S E C U E N C I A Y T E M P O R A L I Z A C I Ó N	UNIDAD DE PROGRAMACIÓN		FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR		FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA			JUSTIFICACIÓN	PROGRAMAS	
			Criterios de Evaluación Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación		Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos		Estrategias para desarrollar la educación en valores
	Calentamiento y cualidades físicas básicas		SEFI1C1, SEFI1C2, SEFI1C3, SEFI1C4, SEFI1C7, SEFI1C10 CCL, TICD, CSC, CCIMF, AIP, CAA Cuaderno, Prueba escrita, Observación directa.		Enseñanza directiva, asignación de tareas	Individual, parejas y pequeño grupo.	Pabellón	Material deportivo, apuntes (classroom)	Educación para la salud	Red de Escuelas Promotoras de la Salud
	Periodo implementación		Del: 16 de septiembre al 13 de octubre							
	Tipo:		Áreas o materias relacionadas:							
	Valoración de ajuste	Desarrollo:								
		Mejora:								

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN:02								
S E C U E N C I A Y T E M P O R A L I Z A C I Ó N	UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR		FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA			JUSTIFICACIÓN	PROGRAMAS
		Criterios de Evaluación Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	
	Palas	SEFI1C1, SEFI1C4, SEFI1C7, SEFI1C8, SEFI1C10	Enseñanza directiva, organizados previos..	Parejas y pequeño grupo.	Pabellón	Material deportivo, apuntes (web del centro)	Educación para la salud	Red de Escuelas Promotoras de la Salud
		CCL, TICD, CSC, CCIMF, AIP, CAA						
		Cuaderno, Prueba escrita, Observación directa, Prueba práctica.						
	Periodo implementación	Del: 1 de octubre al 15 de noviembre						
	Tipo:	Áreas o materias relacionadas:						
	Valoración de ajuste	Desarrollo:						
		Mejora:						
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN:03								
S E C U E N	UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR		FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA			JUSTIFICACIÓN	PROGRAMAS
		Criterios de Evaluación Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la	

C I A Y T E M P O R A L I Z A C I Ó N			as				educación en valores		
	Comba	SEFI1C1, SEFI1C4, SEFI1C5, SEFI1C7	Asignación de tareas.	Individual y parejas	Pabellón	Material deportivo (cuerdas)	Educación para la salud	Red de Escuelas Promotoras de la Salud	
		TICD, CSC, CCIMF, AIP, CAA							
		Observación directa, Prueba práctica.							
	Periodo implementación		Del: 16 al 30 de noviembre						
	Tipo:		Áreas o materias relacionadas:						
	Valoración de ajuste	Desarrollo:							
		Mejora:							
	UNIDAD DE PROGRAMACIÓN:04								
	S E C U E N C I A Y T	UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA				JUSTIFICACIÓN	PROGRAMAS
Criterios de Evaluación Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación			Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores		
Badminton		SEFI1C1, SEFI1C4, SEFI1C7, SEFI1C8, SEFI1C10	Asignación de tareas, organizados previos.	Parejas, Pequeño grupo.	Pabellón	Material deportivo, apuntes (web del centro)	Educación para la salud	Red de Escuelas Promotoras de la Salud	
		CCL, TICD, CSC, CCIMF, AIP, CAA Cuaderno, Prueba escrita,							

E M P O R R A L I Z A C I Ó N		Observación directa, Prueba práctica.							
	Periodo implementación		Del: 1 de diciembre al 16 de febrero						
	Tipo:		Áreas o materias relacionadas:						
	Valoración de ajuste	Desarrollo: Mejora:							
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN:05									
S E C U E N C I A Y T E M P O R A L	UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA				JUSTIFICACIÓN	PROGRAMAS	
		Criterios de Evaluación Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores		
	Malabares	SEFI1C1, SEFI1C4, SEFI1C7, SEFI1C8, SEFI1C9, SEFI1C10 CCL, TICD, CSC, CCIMF, AIP, CAA Cuaderno, Prueba escrita, Observación directa, Prueba práctica.	Asignación de tareas, organizados previos.	Parejas, Pequeño grupo.	Pabellón	Material elaborado por el alumnado, apuntes (classroom)	Educación para la salud.	Red de Escuelas Promotoras de la Salud	
	Periodo implementación		Del: 17 de febrero al 9 de marzo						
Tipo:		Áreas o materias relacionadas:							
Valoración de ajuste	Desarrollo: Mejora:								

I Z A C I Ó N										
	UNIDAD DE PROGRAMACIÓN:06									
S E C U E N C I A Y T E M P O R A L I Z A C I Ó N	UNIDAD DE PROGRAMACIÓN		FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR		FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA			JUSTIFICACIÓN	PROGRAMAS	
			Criterios de Evaluación Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación		Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos		Estrategias para desarrollar la educación en valores
	Ultimate		SEFI1C1, SEFI1C4, SEFI1C7, SEFI1C8, SEFI1C10 CCL, TICD, CSC, CCIMF, AIP, CAA Cuaderno, Prueba escrita, Observación directa, Prueba práctica.		Enseñanza directa, asignación de tareas, organizadores previos.	Parejas, Trabajo en grupos.	Pabellón, canchas municipales cercanas al centro	Material deportivo, apuntes (web del centro)	Educación para la salud	Red de Escuelas Promotoras de la Salud
	Periodo implementación		Del: del 10 al 30 marzo							
	Tipo:		Áreas o materias relacionadas:							
	Valoración de ajuste		Desarrollo:							
			Mejora:							

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN:07								
S E C U E N C I A Y T E M P O R A L I Z A C I Ó N	UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR		FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA			JUSTIFICACIÓN	PROGRAMAS
		Criterios de Evaluación Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	
	Marro	SEFI1C1, SEFI1C4, SEFI1C7, SEFI1C8, SEFI1C9, SEFI1C10 TICD, CSC, CCIMF, AIP, CAA Cuaderno, Prueba escrita, Observación directa, Prueba práctica.	Asignación de tareas, organizados previos.	Trabajo en grupos.	Pabellón	Material deportivo, apuntes (web del centro)	Educación para la salud	Red de Escuelas Promotoras de la Salud
	Periodo implementación	Del: 1 al 27 de abril						
	Tipo:	Áreas o materias relacionadas:						
	Valoración de ajuste	Desarrollo:						
		Mejora:						
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN:08								
S E C U E N C I A Y T E M P O R A L I Z A C I Ó N	UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR		FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA			JUSTIFICACIÓN	PROGRAMAS
		Criterios de Evaluación Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la	

C I A Y T E M P O R A L I Z A C I Ó N			as				educación en valores		
	Beisbol	SEFI1C1, SEFI1C4, SEFI1C7, SEFI1C8, SEFI1C10	Asignación de tareas, organizados previos.	Parejas, Trabajo en grupos.	Pabellón, canchas municipales cercanas al centro	Material deportivo, apuntes (web del centro)	Educación para la salud	Red de Escuelas Promotoras de la Salud	
		CCL, TICD, CSC, CCIMF, AIP, CAA							
		Cuaderno, Prueba escrita, Observación directa, Prueba práctica.							
		Periodo implementación	Del: 28 abril al 15 de junio						
		Tipo:	Áreas o materias relacionadas:						
		Valoración de ajuste	Desarrollo:						
			Mejora:						
	UNIDAD DE PROGRAMACIÓN:09								
	S E C U E N C I A Y T	UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA				JUSTIFICACIÓN	PROGRAMAS
		Criterios de Evaluación Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores		
Desayuno saludable		SEFI1C2, SEFI1C10	Enseñanza directa, simulación	Gran grupo	Aula y cafetería del centro	Alimentos y cubiertos, apuntes (web del centro)	Educación para la salud		
		CCL, TICD, CSC, CCIMF, AIP, CAA							
	Cuaderno, Prueba escrita.								
	Periodo implementación	Del: 16 al 22 de junio							

E M P O R A L I Z A C I Ó N	Tipo:		Áreas o materias relacionadas:
	Valoración de ajuste	Desarrollo: Mejora:	

Criterio de evaluación 1. Incrementar las capacidades físicas y coordinativas básicas, previa valoración del nivel inicial, utilizando los valores de la frecuencia cardíaca como indicadores para la dosificación y control del esfuerzo y adoptando hábitos higiénicos, alimentarios y posturales asociados a una actividad física segura y saludable.	COMPETENCIAS: AA, CSC, SIEE, CEC	BLOQUE DE APRENDIZAJE I: CORPOREIDAD ,
---	---	---

<p>Estándares de aprendizaje evaluables relacionados</p> <p>14, 18, 20, 21, 22, 23.</p>	<p>Contenidos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Las Cualidades Físicas El alumnado deberá distinguir las distintas capacidades físicas, distinguiendo entre las básicas, complementarias y derivadas - La comba como elemento para el desarrollo de las cualidades físicas I. Se establecerá el trabajo de la comba como una forma eficaz para el desarrollo de las cualidades físicas en su totalidad. - Normativa del Departamento de Educación Física para las sesiones, vestimenta, calzado e higiene después de las sesiones. - Desayuno Saludable Se trabajará la teoría de la eficacia y elementos que componen un desayuno saludable 		<p>MOTRICIDAD Y CONDUCTA MOTRIZ</p>
--	--	--	--

<p>Criterio de evaluación</p> <p>2. Aplicar las habilidades motrices a la resolución de distintos problemas motores en distintos entornos y en situaciones motrices individuales y colectivas, aceptando el nivel alcanzado y utilizando los recursos expresivos y comunicativos del cuerpo y la motricidad, con especial atención a las prácticas motrices, rítmicas y expresivas tradicionales de Canarias, valorándolas como situaciones motrices con arraigo cultural.</p>	<p>COMPETENCIAS: CL, CMCT, AA, CSC, SIEE,</p>	<p>BLOQUE DE APRENDIZAJE I: CORPORALIDAD ,</p>
--	---	---

<p>Estándares de aprendizaje evaluables relacionados</p> <p>1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9.</p>	<p>Contenidos</p> <p>- Juegos y deportes tradicionales</p> <p>A través de la escuela de Deportes Tradicionales del Ayto. de Santa lucía se trabajará la historia y fundamentos técnicos de los autóctonos:</p> <p>Lucha del Garrote</p> <p>Salto del Pastor</p> <p>- La billarda Se conocerán los fundamentos reglamentarios del juego, así como su importancia en la zona sureste de la isla en lo que se refiere a su historia.</p>	<p>CEC</p>	<p>MOTRICIDAD Y CONDUCTA MOTRIZ</p>
---	---	-------------------	--

<p>Criterio de evaluación 3. Realizar la activación y la vuelta a la calma de manera autónoma.</p>	<p>COMPETENCIAS: CL, CMCT, AA, CSC</p>	<p>BLOQUE DE APRENDIZAJE I: CORPORALIDAD</p>
---	---	---

<p>Estándares de aprendizaje evaluables relacionados</p> <p>24, 25.</p>	<p>Contenidos</p> <p>EL CALENTAMIENTO, tipos, actividades...</p> <p>LA VUELTA A LA CALMA COMO PARTE FINAL DE LA SESIÓN.</p>		<p>MOTRICIDAD Y CONDUCTA MOTRIZ</p>
--	--	--	--

<p>Criterio de evaluación</p> <p>4. Mostrar tolerancia y deportividad en las actividades físico-motrices y artístico-expresivas, aceptando las reglas y normas establecidas, considerando la competición y la cooperación como una forma lúdica de autosuperación personal y del grupo y valorándolas como formas de recreación y de ocupación saludable del tiempo libre.</p>	<p>COMPETENCIAS:</p> <p>CL,</p> <p>CMCT,</p> <p>AA,</p> <p>CSC</p>	<p>BLOQUE DE APRENDIZAJE I: CORPORALIDAD, MOTRICIDAD Y CONDUCTA MOTRIZ</p>
--	---	---

<p>Estándares de aprendizaje evaluables relacionados</p> <p>27, 28, 29, 30, 31, 33, 35.</p>	<p>Contenidos</p> <ul style="list-style-type: none"> - . PALAS I Se prestará especial atención al trabajo de dominio y control de la pelota de forma individual y en parejas. - . BADMINTON I La enseñanza hará especial incidencia en el saque, dejada y drive en este juego. - . EL MARRO Reglamento y práctica del juego 		
--	---	--	--

<p>Criterio de evaluación</p> <p>5. Utilizar con autonomía e intencionalidad creativa herramientas tecnológicas de la información y comunicación y recursos disponibles en la Red o aplicaciones móviles desde dispositivos digitales solicitadas en proyectos y productos de prácticas motrices atléticas (relacionadas con la condición física y la salud), de prácticas lúdico-recreativas y deportivas y de prácticas artístico-expresivas.</p>	<p>COMPETENCIAS:</p> <p>CL, CMCT, CD, AA, CSC, SIEE</p>	<p>BLOQUE DE APRENDIZAJE I: CORPORIDAD, MOTRICIDAD Y CONDUCTA MOTRIZ</p>
---	---	---

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA

Centro educativo: IES Josefina de la Torre

Estudio (nivel educativo): 2º ESO

Docentes responsables: Ovidio Quintana Falcón y Jesús León González

Punto de partida (diagnóstico inicial de las necesidades de aprendizaje): Cuatro grupos con 111 alumnos/as, entre ellos algunos repetidores. Los siete grupos son heterogéneos en el apartado motor. En general los grupos son participativos en las sesiones. Uno de ellos está integrado por alumnado del primer curso de PMAR.

Justificación de la programación didáctica (orientaciones metodológicas, atención a la diversidad, estrategias para el refuerzo y planes de recuperación, etc.): El alumnado de esta etapa se encuentra en un proceso de cambios morfológicos y funcionales de sus estructuras corporales, diferenciadas en ambos sexos y que pueden afectar a su desarrollo personal y emocional. Estos cambios se ponen también de manifiesto en la alteración de las capacidades coordinativas generales del desarrollo motor y en la evolución de sus capacidades físicas básicas. En este sentido, se deben asegurar la adquisición de aprendizajes y el desarrollo de capacidades que perfeccionen y aumenten las posibilidades de movimiento de los alumnos y alumnas, mejoren su nivel de habilidad motriz y les permitan asumir valores, actitudes y normas en relación con el cuerpo y el movimiento.

Nos apoyaremos en los distintos modelos de enseñanza, dándole en cada momento su valor e intensidad de aplicación, según el desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje, las expectativas, nivel inicial y características de nuestro alumnado, así como, de los contenidos a trabajar y sobre todo de los objetivos a alcanzar. La realidad del aula es muy compleja y cada sesión nos puede exigir la aplicación y combinación de varios de ellos, por ello nuestro planteamiento es flexible, pero siempre tendente a conseguir la máxima participación, autonomía y emancipación posible del alumnado y atendiendo a la complejidad de los contenidos propuestos, objetivos a alcanzar y progresión, cohesión y madurez del grupo de alumnos al que vaya dirigido.

La metodología por emplear tratará de convertir al alumnado en el protagonista activo de su propio aprendizaje, estos principios serán los siguientes;

2.- **Aprendizajes significativos** y aprender a aprender.

3.- **Aprendizajes por sí mismos.** Los aprendizajes por parte de los alumnos donde adquieran autonomía a la hora de adquirir nuevos conocimientos.

4.- **Aprendizajes colaborativos y cooperativos.** Los aprendizajes partiendo de la base de la cooperación grupal y de un trabajo común con un fin último y colectivo.

5.- **Funcionalidad de los aprendizajes** . Competencias y los conocimientos puedan ser utilizados en cualquier contexto.

6.- Crear un **clima de aceptación mutua y cooperación** que favorezca las relaciones entre iguales, la coordinación de intereses y la no discriminación.

Método; se utilizarán dos líneas de métodos;

Métodos basados en la reproducción de modelos: existe un modelo propuesto por el profesor considerado como el eficaz y hay que reproducirlo.

Métodos basados en el descubrimiento: el alumno desarrolla, crea y participa y elabora sus propias respuestas motrices.

Estilo; se incluyen diferentes estilos de enseñanza;

Transmisores ; Mando directo, modificación M. Directo y asignación tareas.

Individualizadores ; grupos de nivel, enseñanza modular y programas individuales.

Participativos ; enseñanza recíproca, grupos reducidos, microenseñanza.

Métodos cognitivos ; descubrimiento guiado y resolución de problemas.

Estrategia; Según **Noguera, D.** (96)[4] se distinguirá entre **estrategias globales:** global pura, global polarizando la atención y global modificando la situación real de juego, y **estrategias analíticas:** analítica pura, secuencial y progresiva.

Se trabajarán las nuevas tecnologías de la educación a través del uso de aplicaciones móviles como Google maps, wikiloc o las suites de Google. Los alumnos pasarán sus tareas y recibirán apuntes a través de la plataforma del Google Classroom y utilizarán el aula de informática para trabajar aspectos relacionados con la toma y tratamiento de datos.

Se trabajarán aspectos interdisciplinares tales como el funcionamiento del sistema cardio-respiratorio, la motricidad y la nutrición humana. Por lo que trataremos contenidos comunes con las materias de Biología y Geología. También se trabajarán contenidos relacionados con la educación para la ciudadanía al abordar aspectos como el civismo y el respeto y mantenimiento del medio ambiente.

Concreción de los objetivos al curso:

- 1. Valorar los efectos de la práctica físico-motriz en la mejora de la salud y la autoestima
- 2. Incrementar sus posibilidades de rendimiento motor mediante el acondicionamiento de las capacidades físicas y la mejora de la habilidad motriz,

utilizando la percepción y la toma de decisiones en las distintas situaciones físico-motrices, con actitud autoexigente, regulando y dosificando el esfuerzo.

- 4. Realizar actividades físico-motrices en entornos habituales y en el medio natural, contribuyendo a su conservación y mejora, previa valoración del estado de sus capacidades físicas y habilidades motrices.
- 5. Practicar y conocer modalidades deportivas y recreativas psicomotrices y sociomotrices, ajustando la acción de juego a su lógica interna.
- 6. Mostrar habilidades sociales y actitudes de respeto, tolerancia, trabajo en equipo y deportividad en la práctica de actividades físico-motrices, con independencia de las diferencias culturales, sociales y de habilidad motriz, utilizando el diálogo y la mediación en la resolución de conflictos.
- 7. Utilizar y valorar los recursos expresivos del cuerpo y del movimiento como medio de comunicación y expresión creativa y como elemento cultural de los pueblos.
- 8. Practicar y valorar los juegos y deportes tradicionales de Canarias y de otras culturas reconociéndolos como elementos del patrimonio cultural.
- 9. Participar de forma activa en diferentes actividades físico-motrices, valorándolas como un recurso adecuado para la ocupación del tiempo libre, respetando las normas y reglas establecidas, evitando discriminaciones.
- 10. Aplicar las tecnologías de la información y la comunicación al desarrollo de los contenidos de la materia como recurso para la mejora del aprendizaje.

SITUACIONES DE APRENDIZAJE. TEMPORALIZACIÓN

Primer trimestre: Del 21/09 al 22/12/20.

Número de sesiones aproximadas: 23

S.A. N°1: Capacidades físicas básicas y condición física. 8 sesiones. Del 21/09 al 13/10/20.

S.A. N°2: Floorball o Unihockey. 8 sesiones. Del 14/10 al 13/11/20.

S.A. N°3: Frisbee y Ultimate. 6 sesiones. Del 16/11 al 03/12/20.

Segundo trimestre: Del 11/01/21 al 17/03/21.

Número de sesiones aproximadas: 18

S.A. N°4: Balonmano. 10 sesiones. Del 11/01 al 12/02/21.

S.A. N°5: Nutrirse, alimentarse y suplementarse. 6 sesiones. Del 22/02 al 12/03/21.

Tercer trimestre: Del 5/04 al 17/06/21.

Número de sesiones aproximadas: 22

S.A. N°6: Entrenamiento funcional ¿qué significa? 6 sesiones. Del 15/03 al 9/04/21.

S.A. N°7: Bola Canaria y juegos populares canarios. 8 sesiones. Del 12/04 al 07/05/21.

S.A. N°8: Voleibol. 10 sesiones. Del 10/05 al 11/06/21.

CARACTERÍSTICAS DE LOS ALUMNOS/AS DEL NIVEL AL QUE VA DIRIGIDA

La etapa educativa a la que va dirigida esta programación es **2º ESO**. Para el curso 2020/21 se establecen 5 grupos. Ningún alumno presenta dificultad motriz alguna, que requiera de adaptaciones curriculares. El número de alumnos por clase es de media 21 alumnos.

En los grupos de clase de 2º de ESO, se observan casos de TDAH, diabetes y problemas respiratorios por asma.

- TDAH: Se le prestará más atención que al resto, el profesor procurará que esté cerca de él en las explicaciones y se le agrupará con alumnos con un nivel de atención alto.

- Diabético: El profesor le preguntará cada cierto tiempo por su estado de cansancio, controles periódicos de la glucemia y atención indirecta.
- Asma: Control del nivel de agitación respiratoria, atención según el nivel de actividad física y control a través de inhaladores con prescripción médica.
-

Las competencias clave

Se concretarán en cada S.A. a través de las siglas correspondientes. A continuación, pondré un ejemplo de cómo voy a trabajar cada competencia durante el desarrollo de la programación.

CL: COMUNICACIÓN LINGÜÍSTICA	Con la realización de pequeños calentamientos y estiramientos, así como explicar a los otros, sus trabajos. Los alumnos tendrán que hacer una exposición y trabajar, por tanto, la expresión, la vocalización y la comunicación lingüística.
CMCT: COMPETENCIA MATEMÁTICA, DE CIENCIAS Y TECNOLOGÍA	En orientación, trabajando con la brújula con grados, minutos y segundos. Al utilizar el crono para registrar tiempos y al calcular tiempos medios por kilómetros para un determinado recorrido.
CEC: CONCIENCIA Y EXPRESIONES CULTURALES	En una clase de bailes o en la práctica de juegos tradicionales, conocen y usan palabras y expresiones de carácter local. Tomar conciencia mediante la práctica de deportes y juegos autóctonos del patrimonio cultural canario.
AAP: APRENDER A APRENDER	Al hacer juegos y practicar deportes con otros compañeros, tendrán que practicar entre ellos. De esta manera aprenderán los unos de los otros y conseguirán disminuir su ego aceptando sus progresos y valorando los de los otros.
CD: COMPETENCIA DIGITAL	Sólo con utilizar una aplicación para orientación o una para controlar km, ya estarán trabajando el uso de las nuevas tecnologías para la mejora de la condición física.
CSC: COMPETENCIA SOCIAL Y CÍVICA	Al hacer deportes colectivos, tienen que relacionarse entre ellos. Colaboración y participación para obtener resultados.

SIEE: SENTIDO DE INICIATIVA Y ESPÍRITU EMPRENDEDOR	La capacidad de convertir ideas y proyectos en actos y acciones concretas, como por ejemplo la planificación de un entrenamiento que luego tendrán que poner en práctica o la resolución de un problema como, por ejemplo; el remate en bádminton hace que tengan que idear soluciones y tomar riesgos para intentar conseguir resultados.
--	--

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE Nº1							
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA				JUSTIFICACIÓN	
	Criterios de Evaluación Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	PROGRAMAS
Capacidades físicas básicas y condición física	<ul style="list-style-type: none"> • 1 • 3 • 4 • 5 <hr/> <ul style="list-style-type: none"> • CL • AA • CSC • CEC Prueba escrita, práctica de clase, realización de tareas para casa, observación directa.	Enseñanza directiva, asignación de tareas	Individual, parejas y pequeño grupo.	Pabellón y canchas municipales cercanas al centro	Material deportivo, apuntes (web del centro)	Educación para la salud	Red de Escuelas Promotoras de la Salud
Periodo implementación	Del 21/09 al 13/10/20						
Tipo:	Áreas o materias relacionadas:						
Valoración de ajuste	Desarrollo:						
	Mejora:						

<p>CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LOS CONTENIDOS</p> <p>Crit. 1</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aportaciones de la educación física a la salud individual y colectiva. Su comprensión desde la práctica físico motriz. • Acondicionamiento físico general: resistencia aeróbica y flexibilidad, con especial incidencia en el control de la intensidad del esfuerzo a través de la frecuencia cardiaca y la conciencia de la movilidad articular y la elasticidad muscular. • Vinculación del funcionamiento del aparato locomotor y del sistema cardiovascular con la realización de actividades físico-motrices relacionadas con la salud. • Práctica de actividades físico-deportivas y lúdico-recreativas y sus efectos en la prevención de determinados hábitos nocivos para la salud (sedentarismo, tabaco, drogas, alcohol...) <p>Crit. 3</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conceptos básicos de la activación y la vuelta a la calma, así como su puesta en práctica. • Realización de juegos y ejercicios aplicados a la fase inicial y final de la sesión de entrenamiento. <p>Crit. 4</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aceptación de su propia imagen corporal y la de los demás, potenciando sus posibilidades y respetando sus limitaciones. • Tolerancia y deportividad en la práctica de los diferentes juegos deportivos por encima de la búsqueda desmedida de los resultados. • Participación en actividades físico-motrices y respeto a la diversidad en su realización. <p>Crit. 5</p> <ul style="list-style-type: none"> • Uso y valoración de la tecnología de la información y la comunicación por su contribución para el desarrollo práctico, la mejora y ampliación de los contenidos de la materia. • Uso de las tecnologías de la información y comunicación para la recopilación de información diversa y el desarrollo de los contenidos de la materia. Análisis y valoración de la información. 		COMPETENCIAS: CL, AA, CSC, CEG	BLOQUE DE APRENDIZAJE I: CORPORALIDAD, MOTRICIDAD Y ADMINISTRATIVA
<p><u>Relación con los estándares de aprendizaje</u></p>	<p>Contenidos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Presentación de nuestro organismo como un todo que necesita de cuidados y de actividad física 		

<ul style="list-style-type: none"> • Para el Crit. 1, EA 14 y del 17 al 23 • Para el Crit. 3, EA del 24 al 26 • Para el Crit. 4, EA del 27 al 31, el 33 y el 35 • Para el Crit. 5, EA 36 y 37 	<p>para su correcto funcionamiento.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realización de trabajos y actividades donde trataremos de entender nuestro cuerpo estableciendo semejanzas entre un automóvil y nosotros mismos. • Valoración de nuestro nivel de condición física, basándonos en las capacidades físicas básicas y relacionándolas con la puesta a punto en un coche. • Realización de actividades en donde se ponga a prueba nuestro organismo: test de aptitud física para la valoración de nuestras capacidades destrezas más básicas. • Conocimiento y puesta en práctica de métodos de mejora para obtener el mayor rendimiento posible de nuestra maquinaria. 		
---	---	--	--

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE Nº2							
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA				JUSTIFICACIÓN	
	Criterios de Evaluación Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	PROGRAMAS
Floorball o Unihockey	<ul style="list-style-type: none"> • 1 • 2 • 4 • CL • AA • CD • CSC <p>Prueba escrita, práctica de clase, realización de tareas para casa, prueba práctica y observación directa.</p>	Asignación de tareas, organizadores previos.	Pareja, pequeño grupo y trabajo en grupos.	Pabellón.	Material deportivo, apuntes (web del centro).	Educación para la salud	Red de Escuelas Promotoras de la Salud
Periodo implementación	Del 14/10 al 13/11/20.						
Tipo:	Áreas o materias relacionadas:						
Valoración de ajuste	Desarrollo:						

Mejora:

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LOS CONTENIDOS

Crit. 1

- Aportaciones de la Educación Física a la salud individual y colectiva. Su comprensión desde la práctica físico-motriz.
- Acondicionamiento físico general: resistencia aeróbica y flexibilidad, con especial incidencia en el control de la intensidad del esfuerzo a través de la frecuencia cardíaca y la conciencia de la movilidad articular y la elasticidad muscular.
- Vinculación del funcionamiento del aparato locomotor y del sistema cardiovascular con la realización de actividades físico-motrices relacionadas con la salud.

Crit. 2

- Realización y aceptación de conductas cooperativas y solidarias en las sesiones de Educación Física y otros contextos, dentro de una labor de equipo para la consecución de objetivos individuales y de grupo.
- Realización de tareas físico-motrices dirigidas al aprendizaje de las estructuras de algún deporte psicomotriz y sociomotriz (reglamento, espacio, tiempo, gestualidad, comunicación y estrategias), con especial atención a los tradicionales de Canarias.
- Improvisación de situaciones expresivas individuales y colectivas como medio de comunicación espontánea.

Crit. 4

- Aceptación de su propia imagen corporal y la de los demás, potenciando sus posibilidades y respetando sus limitaciones.
- Reconocimiento de los fenómenos socioculturales que se manifiestan a través de la práctica deportiva.
- Tolerancia y deportividad en la práctica de los diferentes juegos deportivos por encima de la búsqueda desmedida de los resultados.
- Participación en actividades físico-motrices y respeto a la diversidad en su realización.

COMPETENCIAS: CL, AA, CSC, CEC

MODELO DE APRENDIZAJE: I. COOPERATIVIDAD, MOTRICIDAD Y CONDUCTA MOTRIZ

<p>Relación con los estándares de aprendizaje</p> <ul style="list-style-type: none"> • Para el Crit. 1, EA 14 y del 17 al 23 • Para el Crit. 2, EA del 1 al 11 • Para el Crit. 4, EA del 27 al 31, el 33 y el 35 	<p>CONTENIDOS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Reglamento del Floorball - Diferencias y semejanzas entre el hockey y el floorball - Adaptación de la toma de decisiones y la actitud según práctica individual o colectiva. - Conocimiento de otros deportes colectivos que pueden elegir para su práctica deportiva. - Trabajo de mejora en la destreza para la práctica de los deportes con implemento. 		
--	---	--	--

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE Nº3							
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA				JUSTIFICACIÓN	
	Criterios de Evaluación Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	PROGRAMAS
Frisbee y Ultimate	<ul style="list-style-type: none"> • 1 • 3 • 4 • 5 • CL 	Enseñanza directa.	Individual y parejas	Pabellón	Material deportivo	Educación para la salud	Red de Escuelas Promotoras de la Salud

	<ul style="list-style-type: none"> • AA • CSC • CEC 						
	Prueba escrita, práctica de clase, realización de tareas para casa, prueba práctica y observación directa.						
Periodo implementación	Del 16/11 al 03/12/20.						
Tipo:	Áreas o materias relacionadas:						
Valoración de ajuste	Desarrollo:						
	Mejora:						

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LOS CONTENIDOS

Crit. 1

- Aportaciones de la educación física a la salud individual y colectiva. Su comprensión desde la práctica físico motriz.
- Acondicionamiento físico general: resistencia aeróbica y flexibilidad, con especial incidencia en el control de la intensidad del esfuerzo a través de la frecuencia cardiaca y la conciencia de la movilidad articular y la elasticidad muscular.
- Vinculación del funcionamiento del aparato locomotor y del sistema cardiovascular con la realización de actividades físico-motrices relacionadas con la salud.
- Práctica de actividades físico-deportivas y lúdico-recreativas y sus efectos en la prevención de determinados hábitos nocivos para la salud (sedentarismo, ta-baco, drogas, alcohol...)

Crit. 3

- Conceptos básicos de la activación y la vuelta a la calma, así como su puesta en práctica.
- Realización de juegos y ejercicios aplicados a la fase inicial y final de la sesión de entrenamiento.

Crit. 4

- Aceptación de su propia imagen corporal y la de los demás, potenciando sus posibilidades y respetando sus limitaciones.
- Tolerancia y deportividad en la práctica de los diferentes juegos deportivos por encima de la búsqueda desmedida de los resultados.
- Participación en actividades físico-motrices y respeto a la diversidad en su realización.

Crit. 5

- Uso y valoración de la tecnología de la información y la comunicación por su contribución para el desarrollo práctico, la mejora y ampliación de los contenidos de la materia.
- Uso de las tecnologías de la información y comunicación para la recopilación de información diversa y el desarrollo de los contenidos de la materia. Análisis y valoración de la información.

<p>Relación con los estándares de aprendizaje</p> <ul style="list-style-type: none"> • Para el Crit. 1, EA 14 y del 17 al 23 • Para el Crit. 3, EA del 24 al 26 • Para el Crit. 4, EA del 27 al 31, el 33 y el 35 • Para el Crit. 5, EA 36 y 37 	<p>CONTENIDOS</p> <ul style="list-style-type: none"> – Conocimiento del deporte del Ultimate. – Manejo del frisbee, tipos de agarres y recepciones. – Trabajo de agilidad y destreza óculo-manual. – Práctica de otros deportes colectivos que amplíen el abanico de actividades saludables para incluir en su tiempo libre. 		
--	---	--	--

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE Nº4							
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRÍCULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA				JUSTIFICACIÓN	
	Criterios de Evaluación Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	PROGRAMAS
Balonmano	<ul style="list-style-type: none"> • 2 • 3 • 4 <hr/> <ul style="list-style-type: none"> • CL • AA • CD • CMCT <hr/> Prueba escrita, Observación directa, Prueba práctica. Trabajos para casa.	Asignación de tareas, organizadores previos.	Parejas, Pequeño grupo.	Pabellón	Material deportivo, apuntes (web del centro)	Educación para la salud	Red de Escuelas Promotoras de la Salud
Periodo implementación	Del 11/01 al 12/02/21.						
Tipo:	Áreas o materias relacionadas:						
Valoración de ajuste	Desarrollo:						
	Mejora:						

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LOS CONTENIDOS

Crit. 4

- Aceptación de su propia imagen corporal y la de los demás, potenciando sus posibilidades y respetando sus limitaciones.
- Reconocimiento de los fenómenos socioculturales que se manifiestan a través de la práctica deportiva.
- Tolerancia y deportividad en la práctica de los diferentes juegos deportivos por encima de la búsqueda desmedida de los resultados.
- Participación en actividades físico-motrices y respeto a la diversidad en su realización.

Crit. 3

- Finalidad de la activación y la vuelta a la calma. Activación general y específica. Conceptos básicos y puesta en práctica.
- Realización y recopilación de juegos y ejercicios aplicados a la fase inicial o activación y a la fase final o vuelta a la calma.

Crit. 2

- Realización y aceptación de conductas cooperativas y solidarias en las sesiones de Educación Física y otros contextos, dentro de una labor de equipo para la consecución de objetivos individuales y de grupo.
- Experimentación, a través del gesto y la postura, de actividades expresivas encaminadas al control corporal y a la comunicación no verbal con los demás.
- Improvisación de situaciones expresivas individuales y colectivas como medio de comunicación espontánea.

<p>Relación con los estándares de aprendizaje</p> <p>je</p> <ul style="list-style-type: none"> • Para el Crit. 4, EA del 27 al 31, el 33 y el 35 • Para el Crit. 3, EA del 24 al 26 • Para el Crit. 2, EA del 1 al 11 	<p>Contenidos didácticos:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Conocimiento y práctica del Balonmano. – Beneficios de la práctica del Balonmano como deporte colectivo. – Trabajo de cooperación y oposición en la práctica deportiva. – La importancia de la estrategia en la defensa y el ataque. – Conocimientos sobre las lesiones más importantes en este deporte. – Representación e importancia del balonmano como representante canario en es España y Europa. 		
--	---	--	--

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE Nº5

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA				JUSTIFICACIÓN	
	Criterios de Evaluación Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	PROGRAMAS
Nutrirse, alimentarse y suplementarse	<ul style="list-style-type: none"> • 1 • 2 • 4 <hr/> <ul style="list-style-type: none"> • CL • AA • CD • CSC 	Asignación de tareas, organizadores previos.	Parejas	Pabellón	Material deportivo, apuntes (web del	Educación para la salud. Valoración del patrimonio cultural canario.	Red de Escuelas Promotoras de la Salud

	Prueba escrita, práctica de clase, realización de tareas para casa, prueba práctica y observación directa.				centro)		
Periodo implementación	Del 22/02 al 12/03/21						
Tipo:	Áreas o materias relacionadas:						
Valoración de ajuste	Desarrollo:						
	Mejora:						

<p>CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LOS CONTENIDOS</p> <p>Crit. 1</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aportaciones de la Educación Física a la salud individual y colectiva. Su comprensión desde la práctica físico-motriz. • Acondicionamiento físico general: resistencia aeróbica y flexibilidad, con especial incidencia en el control de la intensidad del esfuerzo a través de la frecuencia cardíaca y la conciencia de la movilidad articular y la elasticidad muscular. <p>Crit. 2</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realización y aceptación de conductas cooperativas y solidarias en las sesiones de Educación Física y otros contextos, dentro de una labor de equipo para la consecución de objetivos individuales y de grupo. • Realización de movimientos corporales globales y segmentarios con una base rítmica, combinando las variables de espacio, tiempo e intensidad, destacando su valor expresivo. • Improvisación de situaciones expresivas individuales y colectivas como medio de comunicación espontánea. <p>Crit. 4</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aceptación de su propia imagen corporal y la de los demás, potenciando sus posibilidades y respetando sus limitaciones. • Reconocimiento de los fenómenos socioculturales que se manifiestan a través de la práctica deportiva. • Tolerancia y deportividad en la práctica de los diferentes juegos deportivos por encima de la búsqueda desmedida de los resultados. • Participación en actividades físico-motrices y respeto a la diversidad en su realización. 	COMPETENCIAS: CL, AA, CD, CSC	BLOQUE DE APRENDIZAJE I: CORPORALIDAD, MOTRICIDAD Y CONDUCTA MOTRIZ
--	--------------------------------------	--

<p>Relación con los estándares de aprendizaje</p> <p>je</p> <ul style="list-style-type: none"> • Para el Crit. 1, EA 14 y del 17 al 23 • Para el Crit. 2, EA del 1 al 11 • Para el Crit. 4, EA del 27 al 31, el 33 y el 35 	<p>Contenidos didácticos:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Conocimientos sobre nutrición y alimentación saludable. – Conocimientos sobre la alimentación del deportista. – Conocimiento sobre el aporte calórico de los alimentos. – Planificación nutricional adecuada. – Control y conocimiento de los alimentos y la suplementación adecuada para una vida saludable. 		
---	--	--	--

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE Nº6							
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA				JUSTIFICACIÓN	
	Criterios de Evaluación Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	PROGRAMAS
Entrenamiento funcional ¿qué significa?	<ul style="list-style-type: none"> • 1 • 2 • 4 <ul style="list-style-type: none"> • CL • AA • CD • CSC • CEC Prueba escrita, práctica de clase, realización de tareas para casa, prueba práctica y observación directa.	Enseñanza directiva, asignación de tareas.	Parejas, Trabajo en grupos.	Pabellón	Material deportivo, apuntes (web del centro)	Educación para la salud. Valoración de las manifestaciones populares tradicionales.	Red de Escuelas Promotoras de la Salud

Periodo implementación	Del 15/03/21 al 9/04/21
Tipo:	Áreas o materias relacionadas:
Valoración de ajuste	Desarrollo:
	Mejora:

<p>CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LOS CONTENIDOS</p> <p>Crit. 1</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aportaciones de la Educación Física a la salud individual y colectiva. Su comprensión desde la práctica físico-motriz. • Acondicionamiento físico general: resistencia aeróbica y flexibilidad, con especial incidencia en el control de la intensidad del esfuerzo a través de la frecuencia cardíaca y la conciencia de la movilidad articular y la elasticidad muscular. • Reconocimiento de la importancia del mantenimiento y cuidado de espacios, materiales e indumentaria. Cumplimiento de las normas básicas durante la práctica físico-motriz. <p>Crit. 2</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realización y aceptación de conductas cooperativas y solidarias en las sesiones de Educación Física y otros contextos, dentro de una labor de equipo para la consecución de objetivos individuales y de grupo. • Realización de movimientos corporales globales y segmentarios con una base rítmica, combinando las variables de espacio, tiempo e intensidad, destacando su valor expresivo. • Identificación y uso de los medios más adecuados para desarrollar actividades físico-motrices en el entorno habitual y en el medio natural. • Realización de actividades lúdico-recreativas en el medio natural, incidiendo en su respeto, conservación y mejora. • Improvisación de situaciones expresivas individuales y colectivas como medio de comunicación espontánea. <p>Crit. 4</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aceptación de su propia imagen corporal y la de los demás, potenciando sus posibilidades y respetando sus limitaciones. • Reconocimiento de los fenómenos socioculturales que se manifiestan a través de la práctica deportiva. • Tolerancia y deportividad en la práctica de los diferentes juegos deportivos por encima de la búsqueda desmedida de los resultados. • Participación en actividades físico-motrices y respeto a la diversidad en su realización. 	COMPETENCIAS: CL, AA, CD, CSC, CEC	BLOQUE DE APRENDIZAJE I: CORPOREIDAD, MOTRICIDAD Y CONDUCTA MOTRIZ
--	---	---

<p>Relación con los estándares de aprendizaje</p> <ul style="list-style-type: none"> • Para el Crit. 1, EA 14 y del 17 al 23 • Para el Crit. 2, EA del 1 al 11 • Para el Crit. 4, EA del 27 al 31, el 33 y el 35 	<p>Contenidos didácticos:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Conocimientos sobre los movimientos y entrenamientos funcionales. – Aplicación de los entrenamientos para la mejora de nuestra condición física. – Conocimiento de materiales más utilizados para su desarrollo. – Trabajo con circuitos de entrenamiento y otros métodos de entrenamiento. – El TRX como elemento multifuncional. – Distribución del tiempo y de las repeticiones según la intensidad del entrenamiento. 		
--	---	--	--

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE N°7

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA				JUSTIFICACIÓN	
	Criterios de Evaluación Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	PROGRAMAS
Bola Canaria y juegos populares canarios	<ul style="list-style-type: none"> • 1 • 2 • 4 <hr/> <ul style="list-style-type: none"> • CL • AA • CSC • CEC Prueba escrita, práctica de clase, realización de tareas para casa, prueba práctica y observación directa.	Asignación de tareas, organizadores previos, simulación.	Individual, parejas, grupos reducidos.	Pabellón, instalaciones del instituto, Paque de La Paz.	Material deportivo, apuntes (web del centro)	Educación para la salud	Red de Escuelas Promotoras de la Salud
Periodo implementación	Del 12/04 al 07/05/21						
Tipo:	Áreas o materias relacionadas:						
Valoración de ajuste	Desarrollo:						
	Mejora:						

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LOS CONTENIDOS

Crit. 1

- Aportaciones de la Educación Física a la salud individual y colectiva. Su comprensión desde la práctica físico-motriz.
- Importancia de la autoexigencia y autoconfianza en la realización de actividades físico-motrices, ajustando el esfuerzo y ritmo respiratorio a cada situación motriz.
- Vinculación del funcionamiento del aparato locomotor y del sistema cardiovascular con la realización de actividades físico-motrices relacionadas con la salud.
- Reconocimiento de la importancia del mantenimiento y cuidado de espacios, materiales e indumentaria. Cumplimiento de las normas básicas durante la práctica físico-motriz.

Crit. 2

- Realización de tareas físico-motrices dirigidas al aprendizaje de las estructuras de algún deporte, con especial atención a los tradicionales de Canarias.
- Realización y aceptación de conductas cooperativas y solidarias en las sesiones de E.F dentro de una labor de equipo.
- Realización de actividades lúdico-recreativas en el medio natural, incidiendo en su respeto, conservación y mejora.

Crit. 4

- Aceptación de su propia imagen corporal y la de los demás, potenciando sus posibilidades y respetando sus limitaciones.
- Reconocimiento de los fenómenos socioculturales que se manifiestan a través de la práctica deportiva.
- Tolerancia y deportividad en la práctica de los diferentes juegos deportivos por encima de la búsqueda desmedida de los resultados.
- Participación en actividades físico-motrices y respeto a la diversidad en su realización.

<p><u>Relación con los estándares de aprendizaje</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Para el Crit. 1, EA 14 y del 17 al 23• Para el Crit. 2, EA del 1 al 11• Para el Crit. 4, EA del 27 al 31, el 33 y el 35	<p>Contenidos didácticos:</p> <ul style="list-style-type: none">- Conocimiento y práctica del juego de Bola Canaria.- Conocimiento y práctica de diferentes juegos de la infancia en Canarias.- Consciencia medioambiental y conocimiento del medio natural.- Trabajo de investigación sobre los juegos tradicionales canarios.- Vinculación entre el juego tradicional y la vida diaria de nuestros antepasados.		
---	--	--	--

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA

Centro educativo: IES Josefina de la Torre

Estudio (nivel educativo): 3º ESO

Docentes responsables: Ovidio Quintana Falcón

Punto de partida (diagnóstico inicial de las necesidades de aprendizaje): Cinco grupos de unos 115 alumnos/as. Los grupos son heterogéneos. En general los grupos son participativos en las sesiones. Unos de los grupos corresponde al segundo curso de PMAR. Ningún alumno presenta dificultad motriz alguna, que requiera de adaptaciones curriculares. El número de alumnos por clase es de media 21 alumnos.

Justificación de la programación didáctica (orientaciones metodológicas, atención a la diversidad, estrategias para el refuerzo y planes de recuperación, etc.): El alumnado de esta etapa se encuentra en un proceso de cambios morfológicos y funcionales de sus estructuras corporales, diferenciadas en ambos sexos y que pueden afectar a su desarrollo personal y emocional. Estos cambios se ponen también de manifiesto en la alteración de las capacidades coordinativas generales del desarrollo motor y en la evolución de sus capacidades físicas básicas. En este sentido, se deben asegurar la adquisición de aprendizajes y el desarrollo de capacidades que perfeccionen y aumenten las posibilidades de movimiento de los alumnos y alumnas, mejoren su nivel de habilidad motriz y les permitan asumir valores, actitudes y normas en relación con el cuerpo y el movimiento.

Desde el punto de vista afectivo y social, estas transformaciones pueden producir cambios en sus emociones, la búsqueda de su identidad, la modificación de su escala de valores, la necesidad de sentirse integrado socialmente, y la búsqueda de la emancipación. Asimismo, muestran una importante capacidad de abstracción y de elaboración de un pensamiento capaz de aplicar razonamientos a la resolución de problemas. Resulta especialmente relevante que los aprendizajes contemplen, en todo momento, su aplicación en la vida cotidiana (personal, laboral, social...), promoviendo la consolidación de hábitos de vida saludable a través de la actividad física.

Nos apoyaremos en los distintos modelos de enseñanza, dándole en cada momento su valor e intensidad de aplicación, según el desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje, las expectativas, nivel inicial y características de nuestro alumnado, así como, de los contenidos a trabajar y sobre todo de los objetivos a alcanzar. La realidad del aula es muy compleja y cada sesión nos puede exigir la aplicación y combinación de varios de ellos, por ello nuestro planteamiento es flexible, pero siempre tendente a conseguir la máxima participación, autonomía y emancipación posible del alumnado y atendiendo a la complejidad de los contenidos propuestos, objetivos a alcanzar y progresión, cohesión y madurez del grupo de alumnos al que vaya dirigido.

Concreción de los objetivos del curso:

- 1. Valorar los efectos de la práctica físico-motriz en la mejora de la salud y la autoestima adoptando una actitud crítica y consecuente sobre el conocimiento y tratamiento del cuerpo y ante los estereotipos sociales que se asocian a la imagen corporal.
- 2. Incrementar sus posibilidades de rendimiento motor mediante el acondicionamiento de las capacidades físicas y la mejora de la habilidad motriz, utilizando la percepción y la toma de decisiones en las distintas situaciones físico-motrices, con actitud autoexigente, regulando y dosificando el esfuerzo.
- 3. Utilizar y comprender técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones producidas en la vida cotidiana y en la práctica de actividades físico-motrices.
- 4. Realizar actividades físico-motrices en entornos habituales y en el medio natural, contribuyendo a su conservación y mejora, previa valoración del

estado de sus capacidades físicas y habilidades motrices.

- 5. Practicar y conocer modalidades deportivas y recreativas psicomotrices y sociomotrices, ajustando la acción de juego a su lógica interna y adoptando una actitud crítica ante los aspectos generados en torno al deporte.
- 6. Mostrar habilidades sociales y actitudes de respeto, tolerancia, trabajo en equipo y deportividad en la práctica de actividades físico-motrices, con independencia de las diferencias culturales, sociales y de habilidad motriz, utilizando el diálogo y la mediación en la resolución de conflictos.
- 7. Utilizar y valorar los recursos expresivos del cuerpo y del movimiento como medio de comunicación y expresión creativa y como elemento cultural de los pueblos, con especial atención a las manifestaciones culturales, rítmicas y expresivas de Canarias.
- 8. Practicar y valorar los juegos y deportes tradicionales de Canarias y de otras culturas reconociéndolos como elementos del patrimonio cultural.
- 9. Participar de forma activa en diferentes actividades físico-motrices, valorándolas como un recurso adecuado para la ocupación del tiempo libre, respetando las normas y reglas establecidas, evitando discriminaciones y adoptando una actitud abierta, crítica y responsable ante el fenómeno deportivo desde la perspectiva de participante, espectador y consumidor.
- 10. Aplicar las tecnologías de la información y la comunicación al desarrollo de los contenidos de la materia como recurso para la mejora del aprendizaje.

1. OBJETIVOS DIDÁCTICOS GENERALES DE LA PROGRAMACIÓN

- Crear conciencia en el alumnado de su estado general de condición física.
- Trabajar diferentes sistemas de entrenamiento para mejorar nuestro estado físico.
- Conocer las bases para mantener una alimentación saludable.
- Practicar juegos y deportes de carácter individual y colectivo.
- Utilizar el cuerpo para la expresión en bailes y representaciones.
- Conocer otras disciplinas deportivas que amplíen el abanico de posibilidades del alumno.
- Mejorar el conocimiento y el respeto de su entorno a través de la práctica deportiva.

2. METODOLOGÍA

La metodología por emplear tratará de convertir al alumnado en el protagonista activo de su propio aprendizaje, estos principios serán los siguientes;

- 2.- **Aprendizajes significativos** y aprender a aprender.
- 3.- **Aprendizajes por sí mismos**. Los aprendizajes por parte de los alumnos donde adquieran autonomía a la hora de adquirir nuevos conocimientos.
- 4.- **Aprendizajes colaborativos y cooperativos**. Los aprendizajes partiendo de la base de la cooperación grupal y de un trabajo común con un fin último y colectivo.
- 5.- **Funcionalidad de los aprendizajes** . Competencias y los conocimientos puedan ser utilizados en cualquier contexto.
- 6.- Crear un **clima de aceptación mutua y cooperación** que favorezca las relaciones entre iguales, la coordinación de intereses y la no discriminación.
- **Método;** se utilizarán dos líneas de métodos;

Métodos basados en la reproducción de modelos: existe un modelo propuesto por el profesor considerado como el eficaz y hay que reproducirlo.

Métodos basados en el descubrimiento: el alumno desarrolla, crea y participa y elabora sus propias respuestas motrices.

- **Estilo;** se incluyen diferentes estilos de enseñanza;
- **Transmisores** ; Mando directo, modificación M. Directo y asignación tareas.
- **Individualizadores** ; grupos de nivel, enseñanza modular y programas individuales.
- **Participativos** ; enseñanza recíproca, grupos reducidos, microenseñanza.
- **Métodos cognitivos** ; descubrimiento guiado y resolución de problemas.
- **Estrategia;** Según **Noguera, D.** (96)[4] se distinguirá entre **estrategias globales:** global pura, global polarizando la atención y global modificando la situación real de juego, y **estrategias analíticas:** analítica pura, secuencial y progresiva.

3. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

En todo momento se fomentará la integración del alumno con dificultades, haciéndolo sentir uno más, procurando que no haya discriminación por su dolencia.

En los grupos de clase de 3º de ESO, se observan casos de TDAH, diabetes y problemas respiratorios por asma.

- TDAH: Se le prestará más atención que al resto, el profesor procurará que esté cerca de él en las explicaciones y se le agrupará con alumnos con un nivel de atención alto.
- Diabético: El profesor le preguntará cada cierto tiempo por su estado de cansancio, controles periódicos de la glucemia y atención indirecta.
- Asma: Control del nivel de agitación respiratoria, atención según el nivel de actividad física y control a través de inhaladores con prescripción médica.

4. TRATAMIENTO DE LAS TICS

Se trabajarán las nuevas tecnologías de la educación a través del uso de aplicaciones móviles como Google maps, wikiloc o las suites de Google. Los alumnos pasarán sus tareas y recibirán apuntes a través de la plataforma del Google Classroom y utilizarán el aula de informática para trabajar aspectos relacionados con la toma y tratamiento de datos.

5. INTERDISCIPLINAREIDAD

Se trabajarán aspectos tales como el funcionamiento del sistema cardio-respiratorio, la motricidad y la nutrición humana. Por lo que trataremos contenidos comunes con las materias de Biología y Geología. También se trabajarán contenidos relacionados con la educación para la ciudadanía al abordar aspectos como el civismo y el respeto y mantenimiento del medio ambiente.

TEMPORALIZACIÓN

Primer trimestre: Del 21/09 al 22/12/20.

Número de sesiones aproximadas: 23

S.A. N°1: Capacidades físicas básicas y condición física. 7 sesiones. Del 21/09 al 13/10/20.

S.A. N°2: Bádminton y otros deportes con implemento. 10 sesiones. Del 14/10 al 12/11/20.

S.A. N°3: Mi cuerpo, mecánica y mantenimiento. Adaptaciones corporales beneficiosas a través de la práctica de actividad física. 6 sesiones. Del 16/11 al 11/12/20.

Segundo trimestre: Del 11/01/21 al 17/03/21.

Número de sesiones aproximadas: 18

S.A. N°4: Somos lo que comemos. 8 sesiones. Del 11/01 al 28/01/21.

S.A. N°5: De la gimnasia al deporte. Hockey y Baloncesto. 10 sesiones. Del 01/02 al 11/03/21.

Tercer trimestre: Del 5/04 al 17/06/21.

Número de sesiones aproximadas: 22

S.A. N°6: Desde Canarias hacia el mundo, recopilación de juegos tradicionales. 8 sesiones. Del 05/04 al 29/04/21.

S.A. N°7: La cabra siempre tira al monte. Trail running. 6 sesiones. Del 03/05 al 20/05/21.

S.A. N°8: Los menos conocidos, otros deportes. 8 sesiones. Del 24/05 al 17/06/21.

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE N°1							
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA				JUSTIFICACIÓN	
	Criterios de Evaluación Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	PROGRAMAS
Capacidades físicas básicas y condición física	<ul style="list-style-type: none"> • 1 • 3 • 4 • 5 <hr/> <ul style="list-style-type: none"> • CL • AA • CSC • CEC <hr/> Prueba escrita, práctica de clase, realización de tareas para casa, observación directa.	Enseñanza directiva, asignación de tareas	Individual, parejas y pequeño grupo.	Pabellón y canchas municipales cercanas al centro	Material deportivo, apuntes (web del centro)	Educación para la salud	Red de Escuelas Promotoras de la Salud
Periodo implementación	Del 21/09 al 13/10/20						
Tipo:	Áreas o materias relacionadas:						
Valoración de ajuste	Desarrollo:						
	Mejora:						

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LOS CONTENIDOS

Crit. 1

- Aportaciones de la educación física a la salud individual y colectiva. Su comprensión desde la práctica físico motriz.
- Acondicionamiento físico general: resistencia aeróbica y flexibilidad, con especial incidencia en el control de la intensidad del esfuerzo a través de la frecuencia cardiaca y la conciencia de la movilidad articular y la elasticidad muscular.
- Vinculación del funcionamiento del aparato locomotor y del sistema cardiovascular con la realización de actividades físico-motrices relacionadas con la salud.
- Práctica de actividades físico-deportivas y lúdico-recreativas y sus efectos en la prevención de determinados hábitos nocivos para la salud (sedentarismo, tabaco, drogas, alcohol...)

Crit. 3

- Conceptos básicos de la activación y la vuelta a la calma, así como su puesta en práctica.
- Realización de juegos y ejercicios aplicados a la fase inicial y final de la sesión de entrenamiento.

Crit. 4

- Aceptación de su propia imagen corporal y la de los demás, potenciando sus posibilidades y respetando sus limitaciones.
- Tolerancia y deportividad en la práctica de los diferentes juegos deportivos por encima de la búsqueda desmedida de los resultados.
- Participación en actividades físico-motrices y respeto a la diversidad en su realización.

Crit. 5

- Uso y valoración de la tecnología de la información y la comunicación por su contribución para el desarrollo práctico, la mejora y ampliación de los contenidos de la materia.
- Uso de las tecnologías de la información y comunicación para la recopilación de información diversa y el desarrollo de los contenidos de la materia. Análisis y valoración de la información.

Relación con los estándares de aprendizaje

- Para el Crit. 1, EA 14 y del 17 al 23
- Para el Crit. 3, EA del 24 al 26
- Para el Crit. 4, EA del 27 al 31, el 33 y el 35

Contenidos

- Presentación de nuestro organismo como un todo que necesita de cuidados y de actividad física para su correcto funcionamiento.
- Realización de trabajos y actividades donde trataremos de entender nuestro cuerpo estableciendo semejanzas entre un automóvil y nosotros mismos.

<ul style="list-style-type: none"> • Para el Crit. 5, EA 36 y 37 	<ul style="list-style-type: none"> • Valoración de nuestro nivel de condición física, basándonos en las capacidades físicas básicas y relacionándolas con la puesta a punto en un coche. • Realización de actividades en donde se ponga a prueba nuestro organismo: test de aptitud física para la valoración de nuestras capacidades destrezas más básicas. • Conocimiento y puesta en práctica de métodos de mejora para obtener el mayor rendimiento posible de nuestra maquinaria.
---	---

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE Nº2							
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA				JUSTIFICACIÓN	
	Criterios de Evaluación Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	PROGRAMAS
Bádminton y otros deportes con implemento	<ul style="list-style-type: none"> • 1 • 2 • 4 <ul style="list-style-type: none"> • CL • AA • CD • CSC Prueba escrita, práctica de clase, realización de tareas para casa, prueba práctica y observación directa.	Asignación de tareas, organizadores previos.	Pareja, pequeño grupo y trabajo en grupos.	Pabellón.	Material deportivo, apuntes (web del centro).	Educación para la salud	Red de Escuelas Promotoras de la Salud
Periodo implementación	Del 14/10 al 12/11/20						
Tipo:	Áreas o materias relacionadas:						
Valoración de ajuste	Desarrollo:						
	Mejora:						

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LOS CONTENIDOS

Crit. 1

- Aportaciones de la Educación Física a la salud individual y colectiva. Su comprensión desde la práctica físico-motriz.
- Acondicionamiento físico general: resistencia aeróbica y flexibilidad, con especial incidencia en el control de la intensidad del esfuerzo a través de la frecuencia cardíaca y la conciencia de la movilidad articular y la elasticidad muscular.
- Vinculación del funcionamiento del aparato locomotor y del sistema cardiovascular con la realización de actividades físico-motrices relacionadas con la salud.

Crit. 2

- Realización y aceptación de conductas cooperativas y solidarias en las sesiones de Educación Física y otros contextos, dentro de una labor de equipo para la consecución de objetivos individuales y de grupo.
- Realización de tareas físico-motrices dirigidas al aprendizaje de las estructuras de algún deporte psicomotriz y sociomotriz (reglamento, espacio, tiempo, gestualidad, comunicación y estrategias), con especial atención a los tradicionales de Canarias.
- Improvisación de situaciones expresivas individuales y colectivas como medio de comunicación espontánea.

Crit. 4

- Aceptación de su propia imagen corporal y la de los demás, potenciando sus posibilidades y respetando sus limitaciones.
- Reconocimiento de los fenómenos socioculturales que se manifiestan a través de la práctica deportiva.
- Tolerancia y deportividad en la práctica de los diferentes juegos deportivos por encima de la búsqueda desmedida de los resultados.
- Participación en actividades físico-motrices y respeto a la diversidad en su realización.

Relación con los estándares de aprendizaje

- Para el Crit. 1, EA 14 y del 17 al 23
- Para el Crit. 2, EA del 1 al 11
- Para el Crit. 4, EA del 27 al 31, el 33 y el 35

CONTENIDOS

- Reglamento del beisbol y del bádminton.
- Diferencias entre deportes colectivos e individuales

	<ul style="list-style-type: none"> - Adaptación de la toma de decisiones y la actitud según práctica individual o colectiva. - Conocimiento de algunos de los deportes colectivos e individuales que pueden elegir para su práctica deportiva. - Trabajo de mejora en la destreza para la práctica de los deportes trabajados.
--	---

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE N°3							
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA				JUSTIFICACIÓN	
	Criterios de Evaluación Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	PROGRAMAS
Mi cuerpo, mecánica y mantenimiento. Adaptaciones corporales beneficiosas a través de la práctica de actividad física.	<ul style="list-style-type: none"> • 1 • 3 • 4 • 5 <hr/> <ul style="list-style-type: none"> • CL • AA • CSC • CEC <hr/> Prueba escrita, práctica de clase, realización de tareas para casa, prueba práctica y observación directa.	Enseñanza directa.	Individual y parejas	Pabellón	Material deportivo	Educación para la salud	Red de Escuelas Promotoras de la Salud
Periodo implementación	Del 16/11 al 11/12/20						
Tipo:	Áreas o materias relacionadas:						
Valoración de ajuste	Desarrollo:						
	Mejora:						

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LOS CONTENIDOS

Crit. 1

- Aportaciones de la educación física a la salud individual y colectiva. Su comprensión desde la práctica físico motriz.
- Acondicionamiento físico general: resistencia aeróbica y flexibilidad, con especial incidencia en el control de la intensidad del esfuerzo a través de la frecuencia cardiaca y la conciencia de la movilidad articular y la elasticidad muscular.
- Vinculación del funcionamiento del aparato locomotor y del sistema cardiovascular con la realización de actividades físico-motrices relacionadas con la salud.
- Práctica de actividades físico-deportivas y lúdico-recreativas y sus efectos en la prevención de determinados hábitos nocivos para la salud (sedentarismo, tabaco, drogas, alcohol...)

Crit. 3

- Conceptos básicos de la activación y la vuelta a la calma, así como su puesta en práctica.
- Realización de juegos y ejercicios aplicados a la fase inicial y final de la sesión de entrenamiento.

Crit. 4

- Aceptación de su propia imagen corporal y la de los demás, potenciando sus posibilidades y respetando sus limitaciones.
- Tolerancia y deportividad en la práctica de los diferentes juegos deportivos por encima de la búsqueda desmedida de los resultados.
- Participación en actividades físico-motrices y respeto a la diversidad en su realización.

Crit. 5

- Uso y valoración de la tecnología de la información y la comunicación por su contribución para el desarrollo práctico, la mejora y ampliación de los contenidos de la materia.
- Uso de las tecnologías de la información y comunicación para la recopilación de información diversa y el desarrollo de los contenidos de la materia. Análisis y valoración de la información.

Relación con los estándares de aprendizaje

- Para el Crit. 1, EA 14 y del 17 al 23
- Para el Crit. 3, EA del 24 al 26
- Para el Crit. 4, EA del 27 al 31, el 33 y el 35
- Para el Crit. 5, EA 36 y 37

CONTENIDOS

- Presentación de nuestro organismo como un todo que necesita de cuidados y de actividad física para su correcto funcionamiento.
- Realización de trabajos y actividades donde trataremos de entender nuestro cuerpo estableciendo semejanzas entre un automóvil y nosotros mismos.
- Valoración de nuestro nivel de condición física, basándonos en las capacidades físicas básicas y relacionándolas con la puesta a punto en un coche.
- Realización de actividades en donde se ponga a prueba nuestro organismo: test de aptitud física para la valoración de nues-

	<p>tras capacidades destrezas más básicas.</p> <p>– Conocimiento y puesta en práctica de métodos de mejora para obtener el mayor rendimiento posible de nuestra maquinaria.</p>
--	---

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE N°4							
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRÍCULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA				JUSTIFICACIÓN	
	Criterios de Evaluación Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	PROGRAMAS
Somos lo que comemos. Nutrición y deporte.	<ul style="list-style-type: none"> • 2 • 3 • 4 <hr/> <ul style="list-style-type: none"> • CL • AA • CD • CMCT <hr/> Prueba escrita, Observación directa, Prueba práctica. Trabajos para casa.	Asignación de tareas, organizadores previos.	Parejas, Pequeño grupo.	Pabellón	Material deportivo, apuntes (web del centro)	Educación para la salud	Red de Escuelas Promotoras de la Salud
Periodo implementación	Del 11/01 al 28/01/21						
Tipo:	Áreas o materias relacionadas:						
Valoración de ajuste	Desarrollo:						
	Mejora:						

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LOS CONTENIDOS

Crit. 4

- Aceptación de su propia imagen corporal y la de los demás, potenciando sus posibilidades y respetando sus limitaciones.
- Reconocimiento de los fenómenos socioculturales que se manifiestan a través de la práctica deportiva.
- Tolerancia y deportividad en la práctica de los diferentes juegos deportivos por encima de la búsqueda desmedida de los resultados.
- Participación en actividades físico-motrices y respeto a la diversidad en su realización.

Crit. 3

- Finalidad de la activación y la vuelta a la calma. Activación general y específica. Conceptos básicos y puesta en práctica.
- Realización y recopilación de juegos y ejercicios aplicados a la fase inicial o activación y a la fase final o vuelta a la calma.

Crit. 2

- Realización y aceptación de conductas cooperativas y solidarias en las sesiones de Educación Física y otros contextos, dentro de una labor de equipo para la consecución de objetivos individuales y de grupo.
- Experimentación, a través del gesto y la postura, de actividades expresivas encaminadas al control corporal y a la comunicación no verbal con los demás.
- Improvisación de situaciones expresivas individuales y colectivas como medio de comunicación espontánea.

Relación con los estándares de aprendizaje

- Para el Crit. 4, EA del 27 al 31, el 33 y el 35
- Para el Crit. 3, EA del 24 al 26
- Para el Crit. 2, EA del 1 al 11

Contenidos didácticos:

- Conocimientos sobre nutrición saludable.
- Relación entre alimentación y actividad física.
- Mala alimentación y bajo rendimiento físico y mental.
- La importancia del desayuno para afrontar el desgaste físico del estudiante.
- Alimentación saludable, la pirámide de los alimentos y su relación con la salud.
- Conocimientos básicos sobre calorías y valor energético de los alimentos.

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE N°5

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA				JUSTIFICACIÓN	
	Criterios de Evaluación Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	PROGRAMAS
De la gimnasia al deporte. Hockey y Baloncesto	<ul style="list-style-type: none"> • 1 • 2 • 4 <ul style="list-style-type: none"> • CL • AA • CD • CSC Prueba escrita, práctica de clase, realización de tareas para casa, prueba práctica y observación directa.	Asignación de tareas, organizadores previos.	Parejas	Pabellón	Material deportivo, apuntes (web del centro)	Educación para la salud. Valoración del patrimonio cultural canario.	Red de Escuelas Promotoras de la Salud
Periodo implementación	Del 01/02 al 11/03/21						
Tipo:	Áreas o materias relacionadas:						
Valoración de ajuste	Desarrollo:						
	Mejora:						

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LOS CONTENIDOS

Crit. 1

- Aportaciones de la Educación Física a la salud individual y colectiva. Su comprensión desde la práctica físico-motriz.
- Acondicionamiento físico general: resistencia aeróbica y flexibilidad, con especial incidencia en el control de la intensidad del esfuerzo a través de la frecuencia cardíaca y la conciencia de la movilidad articular y la elasticidad muscular.

Crit. 2

- Realización y aceptación de conductas cooperativas y solidarias en las sesiones de Educación Física y otros contextos, dentro de una labor de equipo para la consecución de objetivos individuales y de grupo.
- Realización de movimientos corporales globales y segmentarios con una base rítmica, combinando las variables de espacio, tiempo e intensidad, destacando su valor expresivo.
- Improvisación de situaciones expresivas individuales y colectivas como medio de comunicación espontánea.

Crit. 4

- Aceptación de su propia imagen corporal y la de los demás, potenciando sus posibilidades y respetando sus limitaciones.
- Reconocimiento de los fenómenos socioculturales que se manifiestan a través de la práctica deportiva.
- Tolerancia y deportividad en la práctica de los diferentes juegos deportivos por encima de la búsqueda desmedida de los resultados.
- Participación en actividades físico-motrices y respeto a la diversidad en su realización.

Relación con los estándares de aprendizaje

- Para el Crit. 1, EA 14 y del 17 al 23
- Para el Crit. 2, EA del 1 al 11
- Para el Crit. 4, EA del 27 al 31, el 33 y el 35

Contenidos didácticos:

- Conocimientos sobre el atletismo y su evolución. Diferentes disciplinas que lo componen.
- Conocimientos sobre el hockey pista, variantes del hockey y parecidos en el mundo.
- Reglamento del baloncesto, orígenes y práctica del deporte en pista de iniciación.
- Conocimiento y mejora de la técnica de carrera, saltos y relevos.
- Trabajo del manejo del stick de hockey.
- Trabajo del baloncesto como alternativa lúdica, para practicar en equipo.

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE N°6							
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA				JUSTIFICACIÓN	
	Criterios de Evaluación Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	PROGRAMAS
Desde Canarias hacia el mundo, recopilación de juegos tradicionales	<ul style="list-style-type: none"> • 1 • 2 • 4 <ul style="list-style-type: none"> • CL • AA • CD • CSC • CEC Prueba escrita, práctica de clase, realización de tareas para casa, prueba práctica y observación directa.	Enseñanza directa, asignación de tareas.	Parejas, Trabajo en grupos.	Pabellón	Material deportivo, apuntes (web del centro)	Educación para la salud. Valoración de las manifestaciones populares tradicionales.	Red de Escuelas Promotoras de la Salud
Periodo implementación	Del: 10 al 30 de marzo						
Tipo:	Áreas o materias relacionadas:						
Valoración de ajuste	Desarrollo:						
	Mejora:						

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LOS CONTENIDOS

Crit. 1

- Aportaciones de la Educación Física a la salud individual y colectiva. Su comprensión desde la práctica físico-motriz.
- Acondicionamiento físico general: resistencia aeróbica y flexibilidad, con especial incidencia en el control de la intensidad del esfuerzo a través de la frecuencia cardíaca y la conciencia de la movilidad articular y la elasticidad muscular.
- Reconocimiento de la importancia del mantenimiento y cuidado de espacios, materiales e indumentaria. Cumplimiento de las normas básicas durante la práctica físico-motriz.

Crit. 2

- Realización y aceptación de conductas cooperativas y solidarias en las sesiones de Educación Física y otros contextos, dentro de una labor de equipo para la consecución de objetivos individuales y de grupo.
- Realización de movimientos corporales globales y segmentarios con una base rítmica, combinando las variables de espacio, tiempo e intensidad, destacando su valor expresivo.
- Identificación y uso de los medios más adecuados para desarrollar actividades físico-motrices en el entorno habitual y en el medio natural.
- Realización de actividades lúdico-recreativas en el medio natural, incidiendo en su respeto, conservación y mejora.
- Improvisación de situaciones expresivas individuales y colectivas como medio de comunicación espontánea.

Crit. 4

- Aceptación de su propia imagen corporal y la de los demás, potenciando sus posibilidades y respetando sus limitaciones.
- Reconocimiento de los fenómenos socioculturales que se manifiestan a través de la práctica deportiva.
- Tolerancia y deportividad en la práctica de los diferentes juegos deportivos por encima de la búsqueda desmedida de los resultados.
- Participación en actividades físico-motrices y respeto a la diversidad en su realización.

<p>Relación con los estándares de aprendizaje</p> <ul style="list-style-type: none"> • Para el Crit. 1, EA 14 y del 17 al 23 • Para el Crit. 2, EA del 1 al 11 • Para el Crit. 4, EA del 27 al 31, el 33 y el 35 	<p>Contenidos didácticos:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Conocimientos sobre los juegos y deportes autóctonos. – Conocimientos sobre la influencia de otras culturas en la nuestra. – Conocimiento y práctica de juegos y deportes de canarias. – Influencia de canarias en otros países a través del juego. – Historia de canarias a través del juego y los deportes. – Reglamento y dinámica de los juegos y deportes trabajados
--	---

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE N°7

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA				JUSTIFICACIÓN	
	Criterios de Evaluación Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	PROGRAMAS
La cabra siempre tira al monte. Trail running	<ul style="list-style-type: none"> • 1 • 2 • 4 <ul style="list-style-type: none"> • CL • AA • CSC • CEC Prueba escrita, práctica de clase, realización de tareas para casa, prueba práctica y observación directa.	Asignación de tareas, organizadores previos, simulación.	Individual, parejas, grupos reducidos.	Pabellón, instalaciones del instituto, Paque de La Paz.	Material deportivo, apuntes (web del centro)	Educación para la salud	Red de Escuelas Promotoras de la Salud
Periodo implementación	Del 03/05 al 20/05/21						
Tipo:	Áreas o materias relacionadas:						
Valoración de ajuste	Desarrollo:						
	Mejora:						

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LOS CONTENIDOS

Crit. 1

- Aportaciones de la Educación Física a la salud individual y colectiva. Su comprensión desde la práctica físico-motriz.
- Importancia de la autoexigencia y autoconfianza en la realización de actividades físico-motrices, ajustando el esfuerzo y ritmo respiratorio a cada situación motriz.
- Vinculación del funcionamiento del aparato locomotor y del sistema cardiovascular con la realización de actividades físico-motrices relacionadas con la salud.
- Reconocimiento de la importancia del mantenimiento y cuidado de espacios, materiales e indumentaria. Cumplimiento de las normas básicas durante la práctica físico-motriz.

Crit. 2

- Identificación y uso de los medios más adecuados para desarrollar actividades físico-motrices en el entorno habitual y en el medio natural.
- Realización de prácticas físico-motrices en el medio natural: senderismo y Orientación.
- Realización de actividades lúdico-recreativas en el medio natural, incidiendo en su respeto, conservación y mejora.

Crit. 4

- Aceptación de su propia imagen corporal y la de los demás, potenciando sus posibilidades y respetando sus limitaciones.
- Reconocimiento de los fenómenos socioculturales que se manifiestan a través de la práctica deportiva.
- Tolerancia y deportividad en la práctica de los diferentes juegos deportivos por encima de la búsqueda desmedida de los resultados.
- Participación en actividades físico-motrices y respeto a la diversidad en su realización.

Relación con los estándares de aprendizaje

- Para el Crit. 1, EA 14 y del 17 al 23
- Para el Crit. 2, EA del 1 al 11
- Para el Crit. 4, EA del 27 al 31, el 33 y el 35

Contenidos didácticos:

- Conocimiento del senderismo y el Trail running.
- Trabajo de mejora de la resistencia aplicada al running.
- Consciencia medioambiental y conocimiento del medio natural.
- Conocimiento de las áreas deportivas de Vecindario y de Santa Lucía de Tirajana.
- Conocimientos sobre los equipos de Trail de la localidad.
- Trabajo de interrelación entre el senderismo, el Trail y el conocimiento del patrimonio natural y geográfico de Santa Lucía de Tirajana.

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE N°8							
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA				JUSTIFICACIÓN	
	Criterios de Evaluación Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	PROGRAMAS
Los menos conocidos, otros deportes.	<ul style="list-style-type: none"> • 2 • 3 • 4 	Asignación de tareas, organizadores previos.	Parejas, Pequeño grupo.	Pabellón	Material deportivo, apuntes (web del centro)	Educación para la salud	Red de Escuelas Promotoras de la Salud
	<ul style="list-style-type: none"> • CL • AA • CSC 						
	Prueba escrita, práctica de clase, realización de tareas para casa, prueba práctica y observación directa.						
Periodo implementación	Del 24/05 al 17/06/21.						
Tipo:	Áreas o materias relacionadas:						
Valoración de ajuste	Desarrollo:						
	Mejora:						

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LOS CONTENIDOS

Crit. 1

- Aportaciones de la Educación Física a la salud individual y colectiva. Su comprensión desde la práctica físico-motriz.
- Acondicionamiento físico general: resistencia aeróbica y flexibilidad, con especial incidencia en el control de la intensidad del esfuerzo a través de la frecuencia cardíaca y la conciencia de la movilidad articular y la elasticidad muscular.

Crit. 2

- Realización y aceptación de conductas cooperativas y solidarias en las sesiones de Educación Física y otros contextos, dentro de una labor de equipo para la consecución de objetivos individuales y de grupo.
- Realización de movimientos corporales globales y segmentarios con una base rítmica, combinando las variables de espacio, tiempo e intensidad, destacando su valor expresivo.
- Improvisación de situaciones expresivas individuales y colectivas como medio de comunicación espontánea.

Crit. 4

- Aceptación de su propia imagen corporal y la de los demás, potenciando sus posibilidades y respetando sus limitaciones.
- Reconocimiento de los fenómenos socioculturales que se manifiestan a través de la práctica deportiva.
- Tolerancia y deportividad en la práctica de los diferentes juegos deportivos por encima de la búsqueda desmedida de los resultados.
- Participación en actividades físico-motrices y respeto a la diversidad en su realización.

Relación con los estándares de aprendizaje

- Para el Crit. 1, EA 14 y del 17 al 23
- Para el Crit. 2, EA del 1 al 11
- Para el Crit. 4, EA del 27 al 31, el 33 y el 35

Contenidos didácticos:

- Conocimientos sobre alternativas deportivas poco conocidas.
- Conocimientos sobre el Ultimate y Floorball y semejantes.
- Reglamento de los deportes tratados, orígenes y práctica.
- Conocimiento y mejora de la técnica de golpeo y pase.
- Trabajo del manejo del frisbee y del floorball.
- Ampliación del abanico de disciplinas deportivas.

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA

Centro educativo: IES Josefina de la Torre

Estudio (nivel educativo): 4º ESO

Docentes responsables: Jesús León González

Punto de partida (diagnóstico inicial de las necesidades de aprendizaje): Cinco grupos con unos 94 alumnos/as. Los grupos son heterogéneos. En general los grupos son participativos en las sesiones.

Justificación de la programación didáctica (orientaciones metodológicas, atención a la diversidad, estrategias para el refuerzo y planes de recuperación, etc.):

El alumnado de esta etapa se encuentra en un proceso de cambios morfológicos y funcionales de sus estructuras corporales, diferenciadas en ambos sexos y que pueden afectar a su desarrollo personal y emocional. Estos cambios se ponen también de manifiesto en la alteración de las capacidades coordinativas generales del desarrollo motor y en la evolución de sus capacidades físicas básicas. En este sentido, se deben asegurar la adquisición de aprendizajes y el desarrollo de capacidades que perfeccionen y aumenten las posibilidades de movimiento de los alumnos y alumnas, mejoren su nivel de habilidad motriz y les permitan asumir valores, actitudes y normas en relación con el cuerpo y el movimiento.

Desde el punto de vista afectivo y social, estas transformaciones pueden producir cambios en sus emociones, la búsqueda de su identidad, la modificación de su escala de valores, la necesidad de sentirse integrado socialmente, y la búsqueda de la emancipación. Asimismo, muestran una importante capacidad de abstracción y de elaboración de un pensamiento capaz de aplicar razonamientos a la resolución de problemas. Resulta especialmente relevante que los aprendizajes contemplen, en todo momento, su aplicación en la vida cotidiana (personal, laboral, social...), promoviendo la consolidación de hábitos de vida saludable a través de la actividad física.

Nos apoyaremos en los distintos modelos de enseñanza, dándole en cada momento su valor e intensidad de aplicación, según el desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje, las expectativas, nivel inicial y características de nuestro alumnado, así como, de los contenidos a trabajar y sobre todo de los objetivos a alcanzar. La realidad del aula es muy compleja y cada sesión nos puede exigir la aplicación y combinación de varios de ellos, por ello nuestro planteamiento es flexible, pero siempre tendente a conseguir la máxima participación, autonomía y emancipación posible del alumnado y atendiendo a la complejidad de los contenidos propuestos, objetivos a alcanzar y progresión, cohesión y madurez del grupo de alumnos al que vaya dirigido.

Concreción de los objetivos al curso:

- 1. Valorar los efectos de la práctica físico-motriz en la mejora de la salud y la autoestima adoptando una actitud crítica y consecuente sobre el conocimiento y tratamiento del cuerpo y ante los estereotipos sociales que se asocian a la imagen corporal.
- 2. Incrementar sus posibilidades de rendimiento motor mediante el acondicionamiento de las capacidades físicas y la mejora de la habilidad motriz, utilizando la percepción y la toma de decisiones en las distintas situaciones físico-motrices, con actitud autoexigente, regulando y dosificando el esfuerzo.
- 3. Utilizar y comprender técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones producidas en la vida cotidiana y en la práctica de actividades físico-motrices.
- 4. Realizar actividades físico-motrices en entornos habituales y en el medio natural, contribuyendo a su conservación y mejora, previa valoración del estado

de sus capacidades físicas y habilidades motrices.

- 5. Practicar y conocer modalidades deportivas y recreativas psicomotrices y sociomotrices, ajustando la acción de juego a su lógica interna y adoptando una actitud crítica ante los aspectos generados en torno al deporte.
- 6. Mostrar habilidades sociales y actitudes de respeto, tolerancia, trabajo en equipo y deportividad en la práctica de actividades físico-motrices, con independencia de las diferencias culturales, sociales y de habilidad motriz, utilizando el diálogo y la mediación en la resolución de conflictos.
- 7. Utilizar y valorar los recursos expresivos del cuerpo y del movimiento como medio de comunicación y expresión creativa y como elemento cultural de los pueblos, con especial atención a las manifestaciones culturales, rítmicas y expresivas de Canarias.
- 8. Practicar y valorar los juegos y deportes tradicionales de Canarias y de otras culturas reconociéndolos como elementos del patrimonio cultural.
- 9. Participar de forma activa en diferentes actividades físico-motrices, valorándolas como un recurso adecuado para la ocupación del tiempo libre, respetando las normas y reglas establecidas, evitando discriminaciones y adoptando una actitud abierta, crítica y responsable ante el fenómeno deportivo desde la perspectiva de participante, espectador y consumidor.
- 10. Aplicar las tecnologías de la información y la comunicación al desarrollo de los contenidos de la materia como recurso para la mejora del aprendizaje.

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN:01									
S E C U E N C I A Y T E M P O	UNIDAD DE PROGRAMACIÓN DE		FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA			JUSTIFICACIÓN		
			Criterios de Evaluación Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	PROGRAMAS
	Cualidades físicas básicas		SEFI4C1, SEFI4C3, SEFI4C6, SEFI4C10	Enseñanza directiva y asignación de tareas	Individual, parejas y pequeño grupo.	Pabellón	Material deportivo, apuntes (web del centro)	Educación para la salud	Red de Escuelas Promotoras de la Salud
			CCL, TICD, CSC, CCIMF, AIP, CAA						
			Cuaderno, Prueba escrita, Test de condición física, Observación directa.						
	Periodo implementación		Del: 16 de septiembre al 13 de octubre						
	Tipo:		Áreas o materias relacionadas:						
	Valoración de	Desarrollo:							

R A L I Z A C I Ó N	ajuste	Mejora:							
	UNIDAD DE PROGRAMACIÓN:02								
	S E C U E N C I A Y T E M P O R A L I Z A C I Ó N	UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA				JUSTIFICACIÓN	
				Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	PROGRAMAS
	Primeros auxilios	SEFI4C4, SEFI4C5, SEFI4C10, CCL, TICD, CSC, CCIMF, AIP, CAA	Enseñanza directiva, organizados previos, simulación	Pareja, pequeño grupo.	Pabellón, salón de actos.	Material de primeros auxilios, apuntes (web del centro), personal del Centro de Salud de El Doctoral.	Educación para la salud	Red de Escuelas Promotoras de la Salud	
		Cuaderno, Prueba escrita, Observación directa, Prueba práctica.							
	Periodo implementación		Del: 14 de octubre al 3 de noviembre						
	Tipo:		Áreas o materias relacionadas:						
	Valoración de ajuste	Desarrollo:							
		Mejora:							

I Ó N									
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN:03									
S E C U E N C I A Y T E M P O R A L I Z A C I Ó N	UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	DE	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA			JUSTIFICACIÓN		
			Criterios de Evaluación Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	PROGRAMAS
	Step		SEFI4C1, SEFI4C2, SEFI4C3, SEFI4C8, SEFI4C10 TICD, CSC, CCIMF, AIP, CAA Observación directa, Prueba práctica.	Enseñanza directiva, organizados previos, simulación	Individual y pequeño grupo.	Pabellón	Material deportivo, reproductor de música	Educación para la salud	Red de Escuelas Promotoras de la Salud
	Periodo implementación		Del: 3 al 30 de noviembre						
	Tipo:		Áreas o materias relacionadas:						
Valoración de ajuste		Desarrollo:							
		Mejora:							
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN:04									
S E C	UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	DE	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA			JUSTIFICACIÓN		
			Criterios de Evaluación	Modelos de	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias	PROGRAMAS

U E N C I A Y T E M P O R A L I Z A C I Ó N		Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación	enseñanza y metodologías				para desarrollar la educación en valores		
	Badminton	SEFI4C2, SEFI4C6, SEFI4C10 CCL, TICD, CSC, CCIMF, AIP, CAA Cuaderno, Prueba escrita, Observación directa, Prueba práctica.	Enseñanza directiva, organizado res previos	Parejas, Pequeño grupo.	Pabellón	Material deportivo , apuntes (web del centro)	Educación para la salud	Red de Escuelas Promotoras de la Salud	
	Periodo implementación	Del: 1 de diciembre al 2 de febrero							
	Tipo:	Áreas o materias relacionadas:							
	Valoración de ajuste	Desarrollo: Mejora:							

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN:05

S E C U E N C I A	UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA				JUSTIFICACIÓN	
		Criterios de Evaluación Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	PROGRAMAS
	Rugby	SEFI4C1, SEFI4C2, SEFI4C6, SEFI4C10 CCL, TICD, CSC, CCIMF, AIP,	Enseñanza directiva, asignación	Parejas, pequeño grupo, Gran	Pabellón, Estadio Municipa	Material deportivo , apuntes	Educación para la salud	Red de Escuelas Promotoras de la Salud

Y T E M P O R A L I Z A C I Ó N		CAA	de tareas	grupo.	1 de Los Llanos	(web del centro)		
		Cuaderno, Prueba escrita, Observación directa, Prueba práctica.						
	Periodo implementación	Del: 3 de febrero al 9 de marzo						
	Tipo:	Áreas o materias relacionadas:						
Valoración de ajuste	Desarrollo:							
	Mejora:							
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN:06								
S E C U E N C I A Y T E M P O	UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA				JUSTIFICACIÓN	
		Criterios de Evaluación Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	PROGRAMAS
	Acrosport	SEFI4C1, SEFI4C4, SEFI4C8, SEFI4C10 CCL, TICD, CSC, CCIMF, AIP, CAA Cuaderno, Prueba escrita, Observación directa, Prueba práctica.	Enseñanza directiva, organizadores previos, simulación	Parejas, Trabajo en grupos.	Pabellón	Material deportivo, apuntes (web del centro)	Educación para la salud	Red de Escuelas Promotoras de la Salud
	Periodo implementación	Del: 10 de marzo al 6 de abril						
Tipo:	Áreas o materias relacionadas:							
Valoración de	Desarrollo:							

R A L I Z A C I Ó N	ajuste	Mejora:						
	UNIDAD DE PROGRAMACIÓN:07							
S E C U E N C I A Y T E M P O R A L I Z A C	UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA			JUSTIFICACIÓN		
		Criterios de Evaluación Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	PROGRAMAS
	Hockey	SEFI4C4, SEFI4C7, SEFI4C8, SEFI4C10 CCL, TICD, CSC, CCIMF, AIP, CAA Cuaderno, Prueba escrita, Observación directa, Prueba práctica.	Enseñanza directiva, organizados previos.	Individual, parejas, grupos reducidos.	Pabellón, instalaciones del instituto.	Material deportivo, apuntes (web del centro)	Educación para la salud.	Red de Escuelas Promotoras de la Salud
	Periodo implementación	Del: 7 de abril al 11 de mayo						
	Tipo:	Áreas o materias relacionadas:						
	Valoración de ajuste	Desarrollo:						
		Mejora:						

I Ó N									
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN:08									
S E C U E N C I A Y T E M P O R A L I Z A C I Ó N	UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	DE	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA			JUSTIFICACIÓN		
			Criterios de Evaluación Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	PROGRAMAS
	Malabares		SEFI4C1, SEFI4C4, SEFI4C6, SEFI4C8, SEFI4C10 CCL, TICD, CSC, CCIMF, AIP, CAA Cuaderno, Prueba escrita, Observación directa, Prueba práctica.	Enseñanza directiva, organizados res previos	Parejas, Trabajo en grupos.	Pabellón	Material deportivo , apuntes (web del centro)	Educación para la salud	Red de Escuelas Promotoras de la Salud
	Periodo implementación		Del: 12 de mayo al 8 de junio						
	Tipo:		Áreas o materias relacionadas:						
	Valoración de ajuste	Desarrollo:							
		Mejora:							
	UNIDAD DE PROGRAMACIÓN:09								
	S E C	UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	DE	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA			JUSTIFICACIÓN	
				Criterios de Evaluación	Modelos de	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias

U E N C I A Y T E M P O R A L I Z A C I Ó N		Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación	enseñanza y metodologías				para desarrollar la educación en valores		
	Lesiones del aparato locomotor	SEFI4C6, SEFI4C10 CCL, TICD, CSC, CCIMF, AIP, CAA Cuaderno, Prueba escrita.	Enseñanza directiva	Gran grupo	Aula	Apuntes (web del centro)	Educación para la salud	Red de Escuelas Promotoras de la Salud	
	Periodo implementación	Del: 9 al 22 de junio							
	Tipo:	Áreas o materias relacionadas:							
	Valoración de ajuste	Desarrollo: Mejora:							

Criterio de evaluación 1. Aplicar los conocimientos sobre actividad física y salud para mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel y valorando las adaptaciones orgánicas, su relación con la salud y la seguridad en la práctica de actividad física.	COMPE TENCIA S: CMCT, AA, CSC, SIEE,	BLOQUE DE APRENDIZA JE I: CORPOREID AD, MOTRICIDA D Y
---	---	--

<p>Estándares de aprendizaje evaluables relacionados 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 33, 34, 35</p>	<p>Contenidos</p> <p>CONDICIÓN FÍSICA:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificación de las diferentes capacidades físicas básicas (fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad) y aplicación de diferentes métodos de entrenamiento para su desarrollo. <p>PRIMEROS AUXILIOS:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Actuaciones ante accidentes (valoración primaria y secundaria del herido, reanimación cardiopulmonar, maniobra de Heimlich, posición lateral de seguridad). Respuesta ante situaciones concretas: lipotimias, convulsiones, heridas, quemaduras. 	<p>CEC</p>	<p>CONDUCTA MOTRIZ</p>
--	---	-------------------	-------------------------------

<p>Criterio de evaluación 2. Resolver problemas en situaciones motrices (lúdico-recreativas, deportivas y artístico-expresivas), utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos percibidos, interpretando, produciendo y aplicando los fundamentos técnicos, reglamentarios y habilidades específicas propias de las actividades físico-motrices propuestas y valorando su ejecución en condiciones reales o adaptadas.</p>		<p>COMPETENCIAS: CL, CMCT, AA, CSC, SIEE, CEC</p>	<p>BLOQUE DE APRENDIZAJE I: CORPORAIDAD, MOTRICIDAD Y CONDUCTA MOTRIZ</p>
<p>Estándares de aprendizaje evaluables relacionados 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11,</p>	<p>Contenidos</p> <p>STEP:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Características generales del STEP. 		

- **Conocimiento y práctica de los principales pasos de STEP.**
- **Diseño y ejecución de una coreografía en grupo.**

ACROSPORT:

- **Diseño y ejecución de diferentes figuras de acrosport, incluyendo entrada y salida al lugar de realización.**

COMBA:

- **Diseño y realización de una coreografía en grupo que incluya la coordinación de saltos individuales, en pareja, en grupo y con doble comba.**

HOCKEY SALA:

- **Estudio y puesta en práctica de las principales reglas del hockey sala.**
- **Práctica de los aspectos técnicos más importantes del hockey sala: agarre del stick, recepción, pase, tiro, conducción, regate.**

RUGBY:

	<ul style="list-style-type: none"> • Conocimiento y aplicación de las principales reglas del rugby. • Práctica de los principales gestos técnicos: recepción, pase, placaje adaptado. • Experimentación de diferentes modalidades originadas del rugby: touch-rugby, flag-rugby. 		
--	--	--	--

<p>Criterio de evaluación 3. Colaborar en la planificación y en la organización de eventos deportivos y otras actividades físico-motrices en entornos habituales o en el medio natural, y participar activamente en estos, identificando los elementos estructurales que definen al deporte y adoptando posturas críticas ante las características que lo hacen un fenómeno sociocultural y sus efectos en el entorno.</p>		<p>COMPETENCIAS: CL, CMCT, AA, CSC, CEC</p>	<p>BLOQUE DE APRENDIZAJE I: CORPORAIDAD, MOTRICIDAD Y CONDUCTA MOTRIZ</p>
<p>Estándares de aprendizaje evaluables relacionados</p> <p>24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 36, 37</p>	<p>Contenidos</p> <p>BADMINTON:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diseño y ejecución de un torneo de bádminton en modalidad individual, definiendo todos los elementos del mismo (difusión del torneo, información sobre los participantes, sistema de competición, seguimiento de los partidos, comunicación de resultados) <p>TENIS DE MESA:</p>		

	<ul style="list-style-type: none"> • Participación en un torneo de tenis de mesa en la modalidad de parejas mixtas, siendo necesario cambiar de pareja en cada partido. • Conocimiento y puesta en práctica de las reglas específicas de la modalidad de tenis de mesa en parejas (saque, orden de participación en el juego). 		
--	--	--	--

<p>Criterio de evaluación 4. Utilizar con autonomía e intencionalidad creativa herramientas tecnológicas de la información y comunicación y recursos disponibles en la Red o aplicaciones móviles desde dispositivos digitales solicitadas en proyectos y productos de prácticas motrices atléticas (relacionadas con la condición física y la salud), de prácticas lúdico-recreativas y deportivas y de prácticas artístico-expresivas.</p>	<p>COMPE TENCIA S: CL, CMCT, CD, AA, CSC,</p>	<p>BLOQUE DE APRENDIZA JE I: CORPOREID AD, MOTRICIDA D Y</p>
---	--	---

Estándares de aprendizaje evaluables relacionados	Contenidos	SIEE, CEC	CONDUCTA MOTRIZ
38, 39, 40	<p>LESIONES DEL APARATO LOCOMOTOR:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Búsqueda y exposición de información relativa a los diferentes tipos de lesiones del aparato locomotor: lesiones articulares (esguinces, luxaciones), lesiones musculares (contracturas, roturas fibrilares, tendinitis) y lesiones óseas (fracturas, fisuras, periostitis) 		

1º BACHILLERATO

ASPECTOS GENERALES DE LA PROGRAMACIÓN DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA ESTE CURSO 20-21

1. Para este curso se establecen tres planes diferentes para la impartición de esta programación:

- **Plan A (Presencial):** La programación se impartirá tal y como está diseñada teniendo en cuenta las medidas y el plan de contingencia del centro siguiendo las recomendaciones sanitarias por la incidencia de la pandemia derivada del Covid-19. Todos los apuntes y documentos que se harán llegar a los alumnos/as serán colgados digitalmente en la página web del instituto www.iesjosefinadelatorre.org.
- **Plan B (Semipresencial):** Igual que el plan A, estableciendo además un seguimiento on line de las sesiones de cada grupo en la plataforma Google Classroom.
- **Plan C (On Line):** Igual que plan B, estableciendo además videollamadas o videoconferencias en las horas asignadas para las sesiones de E.F. en la plataforma Google Meet.

2. Se realizará un Diagnóstico Inicial del Alumnado para dar respuesta a los principios de inclusión y equidad con respecto a los aprendizajes que se consideren esenciales y que no se impartieron en el curso 19-20 debido al confinamiento provocado por la pandemia del Covid-19. (Dado el carácter general y abierto de nuestra área y en función de los criterios de evaluación trabajados en el curso anterior, el Dpto. de Educación Física no considera, de manera general (se verá cada caso particular), necesario implementar otras formas de organizar el currículo ni agrupamientos del alumnado garantizando la continuidad del proceso educativo del alumnado para el desarrollo y adquisición de las competencias y en la consecución de los objetivos de etapa.

- 3. En cuanto a las medidas de refuerzo y de recuperación de alumnado con aprendizajes impartidos y no adquiridos de cursos anteriores, el Dpto. de Educación Física establece realizar un Plan en el que a través de las diferentes situaciones de aprendizaje propuestas en la programación para este curso se valoren a dicho alumnado los criterios de evaluación de 4º Eso pudiendo recuperar así la materia del curso anterior.**

- 4. En cuanto a la Atención a la Diversidad debemos constatar como cobra una especial relevancia en el contexto actual. Para ello podrá ser necesario el reajuste del propio diseño de las diferentes situaciones de aprendizaje de manera que se adecúen, en función de la diversidad específica de necesidad del alumno/a, los elementos de la secuencia didáctica a sus características para que pueda aprender y participar de experiencias de aprendizaje comunes y universales (adecuación de entornos, materiales adaptados) ofreciendo múltiples propuestas que fomenten su autonomía. En los tres planes de programación (A, B y C) se procurará que este alumnado cuente con el material adaptado a sus necesidades y con recursos tecnológicos específicos para la enseñanza-aprendizaje.**

- 5. En cuanto a Aspectos Metodológicos, el departamento de E.F. fomentará la utilización de metodologías, estrategias y/o técnicas metodológicas como aprendizaje cooperativo; flipped learning (aprendizaje invertido) y gamificación; que favorezcan la integración activa y normalizada de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) así como la Competencia Digital.**

Criterio de evaluación 1

Planificar, elaborar y poner en práctica programas de actividad física que incidan en la mejora y el mantenimiento de su propia salud teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, evaluando las mejoras obtenidas, las posibilidades de interacción social, y el entorno en que se realiza.

Competencias Implicadas: CL, CMCT, CD, AA, CSC, SIEE

Estándares de aprendizaje evaluables relacionados

12, 13, 14,15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22,23, 24.

Contenidos

- **DESARROLLO DE LA CONDICIÓN FÍSICA:** Conocimiento y práctica de métodos de entrenamiento de las diferentes cualidades físicas básicas.
- **VALORACIÓN DE LA CONDICIÓN FÍSICA:** Identificación, puesta en práctica y análisis de test para la valoración de las cualidades físicas básicas: resistencia (test de Burpee y/o Course-Navette y/o Cooper y/u otros...), velocidad (test de 50 metros y 10x5 metros), fuerza (test de salto horizontal, salto vertical, de lanzamiento de balón medicinal, y/u otros...) y flexibilidad (test de flexión anterior y/o de flexión profunda del tronco y/u otros...).

A desarrollar en **Unidad de Programación 1: "Condición Física y Salud"** (1º Trimestre)

Criterio de evaluación 2

Resolver problemas motores en diferentes contextos de práctica, utilizando de manera adecuada las habilidades motrices específicas y los conceptos estratégicos y estructurales propios de cada situación motriz.

Competencias Implicadas: CMCT, AA, CSC, SIEE, CEC

Estándares de aprendizaje evaluables relacionados

1, 2, 3, 8, 9, 10, 11, 32.

Contenidos

- TENIS DE MESA: Conocimiento, práctica y organización de algún tipo de evento/competición del mismo a través de tres sesiones dirigidas por los alumnos/as. Profundización en el conocimiento y puesta en práctica de aspectos reglamentarios, técnicos y tácticos del juego.
- BADMINTON; PALAS; HOCKEY; ULTIMATE; PINFUVOTE; CIRCUITO PARKOUR Y/U OTRO...: Ídem...

A desarrollar en la **Unidad de Programación 2: "Expert@s en..."** (2º Trimestre)

Criterio de evaluación 3

Organizar actividades físicas utilizando los recursos disponibles en el centro, en sus inmediaciones o en el medio natural, (en este caso de bajo impacto ambiental)

Competencias Implicadas: CL, CMCT, CD, AA, CSC, SIEE, CEC

Estándares de aprendizaje evaluables relacionados

4, 5, 6, 7, 25, 26, 27, 28, 32.

Contenidos

- ACROSPORT: Identificación y práctica de los elementos que componen el acrosport (habilidades gimnásticas, elementos coreográficos y elaboración de figuras).
- COREOGRAFÍA: Elaboración y representación de una coreografía en grupo utilizando el acrosport.
- BAILES POPULARES DEL MUNDO: Aprendizaje y posterior representación de diferentes bailes populares del mundo y la creación de uno inventado con una música dada.

A desarrollar en la **Unidad de Programación 3: "Acrosport"**; y en la **Unidad de Programación 4: "Bailes Populares del Mundo"**. (3º Trimestre)

Criterio de evaluación 4

Utilizar con autonomía e intencionalidad creativa herramientas tecnológicas de la información y comunicación y recursos disponibles en la Red o aplicaciones móviles desde dispositivos digitales solicitadas en proyectos y productos de prácticas motrices atléticas (relacionadas con la condición física y la salud), de prácticas lúdico-recreativas y deportivas y de prácticas artístico-expresivas.

Competencias Implicadas: CL, CMCT, CD, AA

Estándares de aprendizaje evaluables relacionados

29, 30, 31, 32.

Contenidos

- APLICACIONES PARA EL PLAN DE ENTRENAMIENTO INDIVIDUAL: Identificación y utilización de aplicaciones móviles para el control y seguimiento del entrenamiento deportivo.
- PRODUCCIONES DIGITALES: Elaboración de apuntes y contenidos de profundización para diferentes actividades físicas y deportivas; y búsqueda de aquellos contenidos relevantes e importantes que ayuden al alumnado durante todo el proceso de enseñanza/aprendizaje en las diferentes unidades de programación propuestas.

A desarrollar en las cuatro unidades de programación propuestas durante todo el curso.

UNIDADES DE PROGRAMACIÓN 1º BACHILLERATO

IES JOSEFINA DE LA TORRE CURSO 20-21

Unidad de Programación 1: "Condición Física y Salud"

Sinopsis: Esta unidad fundamenta su aplicación teórico-práctica en la secuenciación de diferentes Situaciones de Aprendizaje que poseen como objetivo la introducción de los aprendizajes significativos relacionados con la Condición Física y la Salud durante todo el período formativo del curso, principalmente en lo relativo a las capacidades físicas, tanto básicas o condicionales como coordinativas o perceptivo-motrices. Se inicia un nuevo curso; nuestro alumnado y nosotros mismos, como docentes, debemos conocer el estado de la condición física de cada uno/a de nuestros/as alumnos/as. Es por ello que, mediante diferentes pruebas o test, conoceremos cuál es ese estado. Una vez obtenidos los resultados nuestro alumnado reflexionará sobre ello haciendo una valoración del mismo y se le darán las pautas necesarias para elaborar un plan de entrenamiento para la mejora de una capacidad física concreta (que se evaluará en la tercera evaluación). En esta última evaluación se desarrollará una situación de aprendizaje donde el alumno/a conocerá si he mejorado o no su condición física a lo largo del curso.

Resumen de Situaciones de Aprendizaje y Actividades:

Situaciones de Aprendizaje:

SA1: "Mi Condición Física. Capacidades Físicas Básicas" (7 sesiones)

SA2: "Capacidades Físicas Coordinativas: La Coordinación, el Equilibrio y la Agilidad. Valoración de Resultados y Plan de entrenamiento" (6 sesiones)

SA3: "Mi Condición Física ahora. Comparto mi Plan" (5 sesiones)

Justificación: El planteamiento de estas situaciones tiene una doble vertiente: continuar con el desarrollo de la condición física del alumno/a y sentar las bases para la práctica físico-deportiva de forma autónoma. El desarrollo de estas situaciones nos servirá, además de que el alumno/a conozca y valore su nivel de condición física general y de sus capacidades físicas en particular, para sentar las bases de posteriores situaciones ya que la mejoraría en el rendimiento físico incide directamente en la eficacia a la hora de llevar a cabo otras prácticas físico-deportivas, lúdico-recreativas y artístico-expresivas. Si bien estas situaciones están específicamente destinadas al desarrollo de la condición física debemos hacer constar que este tipo de trabajo no se abandonará a lo largo del curso, sino que se incluirá de forma complementaria en todas las unidades programadas. El papel del profesor a lo largo de esta unidad de programación será, además de proponer las tareas, test o productos finales a realizar por los alumnos/as de valoración de las diferentes capacidades físicas, la de observar a los alumnos/as, darles indicaciones para reforzar, motivar y corregir. Al mismo tiempo realizará anotaciones sobre el trabajo de cada alumno/a en las sesiones para realizar una evaluación completa del proceso, dará indicaciones importantes sobre el grado de esfuerzo (toma de frecuencia cardíaca, forma de superar obstáculos y de mejorar cada uno de los test físicos planteados). Es importante que los alumnos/as vayan tomando conciencia de la importancia que este tipo de trabajos tiene para el desarrollo de la salud en general y que lo incorporen a su actividad normal como un hábito ameno y saludable. Parece evidente que a través de la actividad física y desde nuestra materia (donde el alumnado normalmente es más abierto y extrovertido) se adquiere mayor conciencia sobre los usos y cuidados del cuerpo así como de los conceptos de bienestar y salud. Es por ello que, podemos y debemos, contribuir a moderar o eliminar ciertos hábitos nocivos cuya aparición coincide, a menudo, con estas edades; nos referimos al consumo de tabaco, alcohol y otras drogas. Nuestro alumnado debe conocer y saber valorar los efectos que esta práctica puede comportarle a su salud y quién mejor que nosotros, los de Educación Física, abogemos por ello. Asimismo se trabajarán aspectos relacionados con la nutrición y la dieta equilibrada así como la consolidación y ampliación de aspectos relacionados con nuestro cuerpo humano dados en cursos anteriores.

Resumen de Actividades, Contenidos y Productos a realizar por sesiones:

Sesiones de 1-6 : Explicación de la evaluación inicial de la condición física del alumno/a (Perspectiva); El Calentamiento y la sesión de Educación Física; Juegos; Deportes y Otras Actividades Físicas y su implicación con las diferentes capacidades físicas.

Sesión 7: Tipos de Resistencia; Test de Cooper (Resistencia Aeróbica)

Sesión 8: Test de 3000m (Resistencia Aeróbica)

Sesión 9: Test de Course-Navette (R. Aeróbica y Anaeróbica)

Sesión 10: Tipos de Velocidad; Test de Velocidad de Desplazamiento (40m) y Test de Velocidad Mixta (5x10m)

Sesión 11: Tipos de Fuerza; Test de Potencia de Brazos, Test de Potencia de Piernas vertical y Test de Potencia de Piernas horizontal.

Sesión 12: Flexibilidad; Estiramientos; Test de Flexión profunda del tronco

Sesión 13: Evaluación inicial. Tipos de Coordinación; Tipos de Equilibrio; Preparación-ensayo de Test de Coordinación y Equilibrio.

Sesiones de 14 a 16: Test de Coordinación y Equilibrio.

Sesión 17: La Agilidad como capacidad física resultante; Explicación de Test; Test Circuito de Agilidad 1 parte.

Sesión 18: Test Circuito de Agilidad 2 parte.

Sesiones 19 y 20: Sesión de Recuperación de test.

Sesión 21: Elaboración de Tabla de Condición Física; Valoración de Resultados.

Sesiones 22-23: Pautas para elaborar un Plan de Entrenamiento Personal de mejora de una capacidad física. (a realizar durante el curso). Ficha de Autoevaluación.

Sesiones 24-30: Efectos del consumo de ciertos hábitos nocivos para la salud. Nuestro cuerpo. Nutrición y Alimentación. Seguridad Deportiva; Primeros Auxilios y Lesiones más frecuentes.

Sesiones de 31-35: Cada alumno/a llegado el momento elegirá diferentes test que midan una capacidad física concreta para repetirlo en el final del curso y comprobar su mejoría o no. Exposición de algún trabajo sobre el Plan de Entrenamiento. Ficha de Autoevaluación.

(El número de cada sesión podrá verse alterado por disponibilidad de la instalación adecuada para su realización)

Fundamentación Curricular:

Criterios de Evaluación: 1 y 4

Competencias; Contenidos y Estándares de Aprendizaje evaluables implicados (ver resumen programación)

Evaluación:

Técnicas: Observación diaria del profesor

Herramientas: Listas de cotejo y/o control

Instrumentos: Fichas; documentos entregados por los alumnos/as; Productos finales

Tipos: Heteroevaluación; Autoevaluación

Ficha 1: Diferentes Tablas de Condición Física

MI NOMBRE:							
MI CURSO:							
MI CONDICIÓN FÍSICA (Perspectiva): EXCELENTE - MUY BUENA - BUENA - REGULAR/NORMAL - MALA - MUY MALA - PÉSIMA							
	TEST	CAPACIDAD FÍSICA	TIPO	PERSPECTIVA	RESULTADO	REALIDAD	DIFERENCIA
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
						MEDIA:	TOTAL:
GRADO DE CONOCIMIENTO DE MI CONDICIÓN FÍSICA (AUTOEVALUACIÓN):							

RESULTADO OBTENIDO (Diferencia entre perspectiva y realidad)	MEDIA DE LA CONDICIÓN FÍSICA OBTENIDA POR EL ALUMNO/A	NOTA NUMÉRICA ASOCIADA
ENTRE 0 Y -10	EXCELENTE	10
	MUY BUENA	9
	BUENA	8
	REGULAR O NORMAL	7
	MALA	6
	MUY MALA	5
ENTRE -11 Y -15	PÉSIMA	4
	EXCELENTE	9
	MUY BUENA	8
	BUENA	7
	REGULAR O NORMAL	6
	MALA	5
ENTRE -16 Y -20	MUY MALA	4
	PÉSIMA	3
	EXCELENTE	8
	MUY BUENA	7
	BUENA	6
	REGULAR O NORMAL	5
PEOR DE -20	MALA	4
	MUY MALA	3
	PÉSIMA	2
	EXCELENTE	7
	MUY BUENA	6
	BUENA	5
PEOR DE -20	REGULAR O NORMAL	4
	MALA	3
	MUY MALA	2
	PÉSIMA	1

RESISTENCIA : TEST DE COOPER (12') (1° Bachillerato y 2° ACF)		
Condición Física	CHICOS	CHICAS
Excelente	Más de 2.900 metros	Más de 2.600 metros
Muy Buena	Entre 2.700 y 2.900 metros	Entre 2.400 y 2.600 metros
Buena	Entre 2.500 y 2.700 metros	Entre 2.200 y 2.400 metros
Regular, Normal	Entre 2.300 y 2.500 metros	Entre 2.000 y 2.200 metros
Mala	Entre 2.000 y 2.300 metros	Entre 1.800 y 2.000 metros
Muy Mala	Entre 1.700 y 2.000 metros	Entre 1.500 y 1.800 metros
Pésima	Menos de 1.700 metros	Menos de 1.500 metros

RESISTENCIA : TEST DE 3000m (1° y 2° Bachillerato)		
Condición Física	CHICOS	CHICAS
Excelente	Menos de 13'	Menos de 14'
Muy Buena	Entre 13' y 14'	Entre 14'01" y 15'
Buena	Entre 14'01" y 15'	Entre 15'01" y 16'
Regular, Normal	Entre 15'01" y 17'	Entre 16'01" y 18'
Mala	Entre 17'01" y 19'	Entre 18'01" y 20'
Muy Mala	Entre 19'01" y 21'	Entre 21'01" y 22'
Pésima	Más de 21'	Más de 22'

RESISTENCIA: TEST DE COURSE-NAVETTE (1° y 2° Bachillerato)		
Condición Física	CHICOS	CHICAS
Excelente	Más de 10,5 periodos	Más de 9,5 periodos
Muy Buena	Entre 9,5 y 10,5 periodos	Entre 8,5 y 9,5 periodos
Buena	Entre 8,5 y 9 periodos	Entre 7,5 y 8 periodos
Regular, Normal	Entre 6,5 y 8 periodos	Entre 5,5 y 7 periodos
Mala	Entre 5 y 6 periodos	Entre 4 y 5 periodos
Muy Mala	Entre 3,5 y 4,5 periodos	Entre 2,5 y 3,5 periodos
Pésima	Menos de 3,5 periodos	Menos de 2,5 periodos

FLEXIBILIDAD : TEST FLEX.TRONCO (Banco Sueco) (1° y 2° Bachillerato)		
Condición Física	CHICOS	CHICAS
Excelente	Más de 15 cm	Más de 20 cm
Muy Buena	Entre 10 y 14 cm	Entre 16 y 19 cm
Buena	Entre 5 y 9 cm	Entre 10 y 15 cm
Regular, Normal	Entre 0 y 4 cm	Entre 5 y 9 cm
Mala	Entre -1 y -4 cm	Entre 1 y 4 cm
Muy Mala	Entre -5 y -9 cm	Entre 0 y -4 cm
Pésima	Más de -10 cm	Más de -5 cm

VELOCIDAD : TEST de V. de Desplazamiento (35-40m) (1º y 2º Bachillerato)		
Condición Física	CHICOS	CHICAS
Excelente	Menos de 5,5 segundos	Menos de 6 segundos
Muy Buena	Entre 5,6 y 6,1 segundos	Entre 6,1 y 6,5 segundos
Buena	Entre 6,2 y 6,7 segundos	Entre 6,6 y 7,1 segundos
Regular, Normal	Entre 6,8 y 7,3 segundos	Entre 7,2 y 7,7 segundos
Mala	Entre 7,4 y 7,9 segundos	Entre 7,8 y 8,3 segundos
Muy Mala	Entre 8 y 8,4 segundos	Entre 8,4 y 8,9 segundos
Pésima	Más de 8,5 segundos	Más de 9 segundos

VELOCIDAD : TEST de V. de Desplazamiento (100m en curva) (1º y 2º Bachillerato)		
Condición Física	CHICOS	CHICAS
Excelente	Menos de 13 segundos	Menos de 14,5 segundos
Muy Buena	Entre 13 y 13,6 segundos	Entre 14,5 y 15 segundos
Buena	Entre 13,7 y 14,4 segundos	Entre 15,1 y 15,6 segundos
Regular, Normal	Entre 14,5 y 14,9 segundos	Entre 15,7 y 16,2 segundos
Mala	Entre 15 y 15,6 segundos	Entre 16,3 y 16,8 segundos
Muy Mala	Entre 15,6 y 16,2 segundos	Entre 16,9 y 17,5 segundos
Pésima	Más de 16,2 segundos	Más de 17,6 segundos

VELOCIDAD : TEST de V. Mixta (6x5m) (1° y 2° Bachillerato)		
Condición Física	CHICOS	CHICAS
Excelente	Menos de 9 segundos	Menos de 9,5 segundos
Muy Buena	Entre 9,1 y 9,4 segundos	Entre 9,6 y 10 segundos
Buena	Entre 9,5 y 9,9 segundos	Entre 10,1 y 10,5 segundos
Regular, Normal	Entre 10 y 10,4 segundos	Entre 10,6 y 11 segundos
Mala	Entre 10,5 y 10,9 segundos	Entre 11,1 y 11,5 segundos
Muy Mala	Entre 11 y 11,4 segundos	Entre 11,6 y 12 segundos
Pésima	Más de 11,5 segundos	Más de 12,1 segundos

FUERZA : TEST DE POTENCIA DE BRAZOS (3Kg B.Medicinal) (1° y 2° Bachillerato)		
Condición Física	CHICOS	CHICAS
Excelente	Más de 9,5 metros	Más de 8,5 metros
Muy Buena	Entre 8,5 y 9,4 metros	Entre 7,5 y 8,4 metros
Buena	Entre 7,5 y 8,4 metros	Entre 6,5 y 7,4 metros
Regular, Normal	Entre 6,5 y 7,4 metros	Entre 5,5 y 6,4 metros
Mala	Entre 5,5 y 6,4 metros	Entre 4,5 y 5,4 metros
Muy Mala	Entre 4,5 y 5,4 metros	Entre 3,5 y 4,4 metros
Pésima	Menos de 4,5 metros	Menos de 3,5 metros

FUERZA : TEST DE POTENCIA DE PIERNAS (Detente Horizontal) (1° y 2° Bachillerato)		
Condición Física	CHICOS	CHICAS
Excelente	Más de 2,30 metros	Más de 2,20 metros
Muy Buena	Entre 2,15 y 2,29 metros	Entre 2,05 y 2,19 metros
Buena	Entre 2 y 2,14 metros	Entre 1,85 y 2,04 metros
Regular, Normal	Entre 1,85 y 1,99 metros	Entre 1,70 y 1,84 metros
Mala	Entre 1,70 y 1,84 metros	Entre 1,50 y 1,69 metros
Muy Mala	Entre 1,50 y 1,69 metros	Entre 1,35 y 1,49 metros
Pésima	Menos de 1,49 metros	Menos de 1,34 metros

FUERZA : TEST DE POTENCIA DE PIERNAS (Detente Vertical) (1° y 2° Bachillerato)		
Condición Física	CHICOS	CHICAS
Excelente	Más de 0,50 metros	Más de 0,45 metros
Muy Buena	Entre 0,44 y 0,49 metros	Entre 0,39 y 0,44 metros
Buena	Entre 0,39 y 0,44 metros	Entre 0,34 y 0,38 metros
Regular, Normal	Entre 0,34 y 0,38 metros	Entre 0,28 y 0,33 metros
Mala	Entre 0,28 y 0,33 metros	Entre 0,23 y 0,27 metros
Muy Mala	Entre 0,23 y 0,27 metros	Entre 0,18 y 0,22 metros
Pésima	Menos de 0,22 metros	Menos de 0,17 metros

COORDINACION Y EQUILIBRIO : Circuito (1° y 2° Bachillerato)		
Condición Física	CHICOS	CHICAS
Excelente	Más de 20 puntos	Más de 20 puntos
Muy Buena	Entre 17 y 19 puntos	Entre 17 y 19 puntos
Buena	Entre 13 y 16 puntos	Entre 13 y 16 puntos
Regular, Normal	12 puntos	12 puntos
Mala	Entre 9 y 11 puntos	Entre 9 y 11 puntos
Muy Mala	Entre 6 y 8 puntos	Entre 6 y 8 puntos
Pésima	Menos de 5 puntos	Menos de 5 puntos

AGILIDAD : Circuito con aros (sin vallas) (1° y 2° Bachillerato)		
Condición Física	CHICOS	CHICAS
Excelente	Menos de 20 segundos	Menos de 22 segundos
Muy Buena	Entre 20,1 y 21,6 segundos	Entre 22,1 y 23,6 segundos
Buena	Entre 21,7 y 23,2 segundos	Entre 23,7 y 25,2 segundos
Regular, Normal	Entre 23,3 y 24,8 segundos	Entre 25,3 y 26,8 segundos
Mala	Entre 24,8 y 26,3 segundos	Entre 26,9 y 28,4 segundos
Muy Mala	Entre 26,4 y 27,9 segundos	Entre 28,5 y 29,9 segundos
Pésima	Más de 28 segundos	Más de 30 segundos

Fundamentación Metodológica:

Métodos de Enseñanza y Metodología: Enseñanza Directiva; Descubrimientos Guiados; Resolución de Problemas; Aprendizaje basado en proyectos (Proyecto Producto Final: Tabla de Valoración de la Condición Física)

Espacios: Cancha; Gimnasio; Aire Libre.

Agrupamientos: Trabajo Individual, Gran Grupo.

Recursos: Cinta métrica, balón medicinal (3kg), tiza o rotulador, colchoneta, banco sueco, picas, vallas de atletismo o similar, cuerdas, plinton o similar, cronómetro, conos, pelotas de tenis, balón de fútbol, balón de baloncesto, postes de salto de altura o similar.

Estrategia de trabajo para el tratamiento transversal de la Educación en Valores:

Estrategias para desarrollar la Educación en Valores: Durante el desarrollo de esta unidad y de todas sus situaciones de aprendizaje el profesor anotará en su cuaderno, tablet o similar, aspectos de Esfuerzo personal, Participación Activa, Trabajo Cooperativo y Respeto a las normas. Asimismo hacemos constar que esta unidad está especialmente vinculada al trabajo de Inteligencias Múltiples, especialmente las de Inteligencia Inter e Intrapersonal y Cinético-corporal.

Programas y Proyectos implicados en la unidad de programación: se encuentra vinculada, de manera fundamental, al Programa Escuela y Salud y a la Red Canaria de Escuelas Promotoras de Salud (RCEPS). Del mismo modo, podría vincularse con algunos programas más específicos como el Proyecto Alipa (alimentos a la palestra), el programa PIPO (prevención de la obesidad infantil), el Programa Engoe (prevención de adicciones) y el Programa ITES (programa de tabaquismo en enseñanza secundaria).

Implementación:

Período de implementación: 1º Trimestre 2020 (30 sesiones apróx.) y Mayo 2021 (5 sesiones)

Áreas, materias, ámbitos implicados: Educación Física

Valoración de ajuste:

Desarrollo: El profesor al principio de la unidad dirá todos los aspectos a evaluar en la misma; al finalizar hablará personalmente con cada uno de sus alumnos/as donde le indicará su nota final y cómo se ha obtenido, a la vez de los aspectos que debe mejorar. Se intentará buscar un compromiso de implicación en la mejora de esos aspectos en el alumno/a, principalmente en aquellos con evaluación negativa o inferior a sus expectativas.

Propuestas de mejora: Asimismo el profesor realizará una evaluación de la enseñanza, de su práctica docente, donde quede de manifiesto el grado de cumplimiento y de conveniencia de la unidad, de sus situaciones de aprendizaje, de sus actividades, de sus contenidos y de si se han alcanzado los objetivos propuestos. Además añadirá alguna propuesta de mejora si así lo cree necesario, añadiendo nuevas situaciones de aprendizaje o nuevas actividades que espera mejoren el proceso.

Unidad de Programación 2: "Expert@s en..."

Sinopsis: En esta unidad de programación nuestro alumnado trabajará por parejas o máximo tríos ,donde expondrán a la clase distintas sesiones de un deporte/juego a elegir por ellos mismos (se ofrecerán algunos ejemplos de actividades que se podrán trabajar mejor debido a la situación sanitaria de pandemia que vivimos: Tenis de Mesa; Badminton; Palas; Pinfuvote; Circuito Parkour; entre otras). Elaborarán 3 sesiones donde tendrán que plantear a la clase una sesión introductoria a la actividad para posteriormente realizar una pequeña competición de la misma. El profesor evaluará dicha actividad de forma pre-sesión, en las mismas sesiones y post-sesiones (resultados de competición).

Resumen de Situaciones de Aprendizaje y Actividades:

Situaciones de Aprendizaje:

SA1: "Profes de una actividad física" (aproximadamente 22 sesiones, 6 o 7 grupos)

Justificación: Como parte de los contenidos del currículo, en esta unidad de programación se persigue cumplir con el objetivo fundamental de conocer métodos de acondicionamiento deportivo específicos a diferentes juegos y/o deportes. Se realiza de forma amena y significativa ya que son los propios alumnos/as quienes deciden, según sus preferencias las actividades físico-deportivas a realizar.

Resumen de Actividades, Contenidos y Productos a realizar por sesiones:

Sesión 1: Explicación de la situación de aprendizaje; Distribución de roles en parejas o tríos; distribución de actividades, objetivos y forma de evaluación de la situación.

Sesiones de 2-21 : Realización de las sesiones por parte de los alumnos/as.

Sesión 22: Comunicación de resultados, aspectos a mejorar...etc.

Fundamentación Curricular:

Criterios de Evaluación: 2 y 4. (ver concreción anterior)

Competencias; Contenidos y Estándares de Aprendizaje evaluables implicados (ver resumen programación)

Evaluación:

Técnicas: Observación diaria del profesor

Herramientas: Listas de cotejo y/o control

Instrumentos: Fichas; documentos entregados por los alumnos/as; Productos finales

Tipos: Heteroevaluación; Autoevaluación; Coevaluación

Fundamentación Metodológica:

Métodos de Enseñanza y Metodología: Investigación Guiada; Investigación Grupal. Se realizarán las clases de forma dinámica donde el alumnado se agrupará en diferentes grupos (aprendizaje cooperativo)

Espacios: Cancha; Gimnasio; Aire Libre

Agrupamientos: Grupos Heterogéneos y Gran Grupo

Recursos: Los necesarios para desarrollar la actividad elegida.

Estrategia de trabajo para el tratamiento transversal de la Educación en Valores:

Estrategias para desarrollar la Educación en Valores: Durante el desarrollo de esta unidad y de todas sus situaciones de aprendizaje el profesor anotará en su cuaderno, tablet o similar, aspectos de Esfuerzo personal, Participación Activa, Trabajo Cooperativo y Respeto a las normas. Asimismo hacemos constar que esta unidad está especialmente vinculada al trabajo de Inteligencias Múltiples, especialmente las de Inteligencia Inter e Intrapersonal; Cinestésica-corporal y Espacial.

Implementación:

Período de implementación: Aproximadamente Enero-Febrero-Marzo 2021 (Inicio 2º Trimestre)

Áreas, materias, ámbitos implicados: Educación Física.

Valoración de ajuste:

Desarrollo: El profesor al principio de la unidad dirá todos los aspectos a evaluar en la misma; al finalizar hablará personalmente con cada uno de sus alumnos/as donde le indicará su nota final y cómo se ha obtenido, a la vez de los aspectos que debe mejorar. Se intentará buscar un compromiso de implicación en la mejora de esos aspectos en el alumno/a, principalmente en aquellos con evaluación negativa o inferior a sus expectativas.

Propuestas de mejora: Asimismo el profesor realizará una evaluación de la enseñanza, de su práctica docente, donde quede de manifiesto el grado de cumplimiento y de conveniencia de la unidad, de sus situaciones de aprendizaje, de sus actividades, de sus contenidos y de si se han alcanzado los objetivos propuestos. Además añadirá alguna propuesta de mejora si así lo cree necesario, añadiendo nuevas situaciones de aprendizaje o nuevas actividades que espera mejoren el proceso.

Unidad de Programación 3: "Acrosport"

Sinopsis: En esta unidad el alumnado aprenderá a valorar el uso de juegos, deportes y otras actividades físico-motrices y artístico-expresivas como formas de ocio activo y de organización del tiempo libre y de relación con los demás, utilizando el Acrosport como mediador de estos aprendizajes, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones. Además se pretende que el alumnado identifique y valore cada una de las progresiones con la finalidad de que evalúe las medidas preventivas y de seguridad ante cualquier actividad.

Resumen de Situaciones de Aprendizaje y Actividades:

Situaciones de Aprendizaje:

SA1: "Coreografía de Acrosport" (aproximadamente 12 sesiones, 5 grupos)

Justificación: La sociedad es cada vez más sedentaria, por eso se usa el concepto ingravido como contrapunto a esta situación. De manera tradicional existe un cierto rechazo hacia las actividades rítmico expresivas y cuesta asociarlas a los conceptos de salud y de ocio activo. En esta SA se pretenderá que el alumnado sea capaz de percibir, interpretar, analizar, decidir, ejecutar y evaluar los aspectos técnicos, estratégicos y reglamentarios básicos propios de las situaciones motrices propuestas. Asimismo, se constatará si realiza una evaluación ajustada de su nivel de ejecución y toma las decisiones para la resolución de los problemas motores planteados, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia, autoconfianza y superación. Se buscará motivar al alumnado con aprendizajes mediados con metodologías activas como la gamificación o el trabajo cooperativo. La superación de retos en grupo y la responsabilidad que conlleva asumirlos, implicarán el uso de la creatividad y la búsqueda continua de la superación personal. La organización del alumnado durante la implementación de la SA será en grupos heterogéneos fijos de cuatro o cinco alumnos/as, atendiendo a las pautas

de formación de grupos de trabajo cooperativos estables. Se iniciará cada sesión con la activación, realizada en los grupos de trabajo establecidos y dirigida por el estudiante responsable, que irá rotando en cada sesión. En las sesiones se hará especial hincapié en la medidas de seguridad necesarias en el trabajo de Acrosport para, de manera paralela, adentrarse en actividades donde ellos y ellas pasarán de reproducir a diseñar con mayor libertad, siempre teniendo en cuenta sus límites y los de sus compañeros/as, así como la posible búsqueda de soluciones a los retos planteados. Se finalizará cada sesión con la vuelta a la calma, de forma grupal dirigida por el alumnado encargado y una reflexión en gran grupo sobre el desarrollo de la sesión.

Resumen de Actividades, Contenidos y Productos a realizar por sesiones:

Sesión 1: Explicación de la situación de aprendizaje; Distribución de roles en los grupos; objetivos, criterios específicos que deben de cumplir para la elaboración de la coreografía-producto final y forma de evaluación de la situación.

Sesiones de 2-10: Ensayo por grupos, elaboración de coreografía grupal.

Sesión 11-12: Montaje del Producto Final

Fundamentación Curricular:

Criterios de Evaluación: 3 y 4. (ver concreción anterior)

Competencias; Contenidos y Estándares de Aprendizaje evaluables implicados (ver resumen programación)

Evaluación:

Técnicas: Observación diaria del profesor

Herramientas: Listas de cotejo y/o control

Instrumentos: Fichas; documentos entregados por los alumnos/as; Productos finales

Tipos: Heteroevaluación; Autoevaluación; Coevaluación

Fundamentación Metodológica:

Métodos de Enseñanza y Metodología: Investigación Guiada; Investigación Grupal. Se realizarán las clases de forma dinámica donde el alumnado se agrupará en diferentes grupos (aprendizaje cooperativo)

Espacios: Cancha; Gimnasio; Aire Libre

Agrupamientos: Grupos Heterogéneos y Gran Grupo

Recursos: Tapiz y/o colchonetas; apoyo musical (altavoz, medios digitales de reproducción, etc.)

Estrategia de trabajo para el tratamiento transversal de la Educación en Valores:

Estrategias para desarrollar la Educación en Valores: Durante el desarrollo de esta unidad y de todas sus situaciones de aprendizaje el profesor anotará en su cuaderno, tablet o similar, aspectos de Esfuerzo personal, Participación Activa, Trabajo Cooperativo y Respeto a las normas. Asimismo hacemos constar que esta unidad está especialmente vinculada al trabajo de Inteligencias Múltiples, especialmente las de Inteligencia Inter e Intrapersonal; Cinestésica-corporal; Espacial y Musical.

Programas y Proyectos implicados en la unidad de programación: Esta SA está vinculada a la Red Canaria de Escuelas Promotoras de la Salud, así como con el proyecto de centro Recreos Activos, donde se facilita un espacio para la práctica de actividad física en los recreos, tutelada por el profesorado, dado que los aprendizajes abordados en esta SA se ajustan a los contenidos de estas redes y proyectos.

Implementación:

Período de implementación: Aproximadamente Marzo-Abril 2021 (Final 2º Trimestre-Inicio 3º Trimestre)

Áreas, materias, ámbitos implicados: Educación Física.

Valoración de ajuste:

Desarrollo: El profesor al principio de la unidad dirá todos los aspectos a evaluar en la misma; al finalizar hablará personalmente con cada uno de sus alumnos/as donde le indicará su nota final y cómo se ha obtenido, a la vez de los aspectos que debe mejorar. Se intentará buscar un compromiso de implicación en la mejora de esos aspectos en el alumno/a, principalmente en aquellos con evaluación negativa o inferior a sus expectativas.

Propuestas de mejora: Asimismo el profesor realizará una evaluación de la enseñanza, de su práctica docente, donde quede de manifiesto el grado de cumplimiento y de conveniencia de la unidad, de sus situaciones de aprendizaje, de sus actividades, de sus contenidos y de si se han alcanzado los objetivos propuestos. Además añadirá alguna propuesta de mejora si así lo cree necesario, añadiendo nuevas situaciones de aprendizaje o nuevas actividades que espera mejoren el proceso.

Unidad de Programación 4: "Bailes Populares del Mundo"

Sinopsis: En esta unidad de programación se trabajarán aspectos relacionados con la expresión del cuerpo en movimiento, sesiones de mímica, coordinación, creatividad y ritmo musical para terminar con un proyecto de Bailes Populares del Mundo.

Resumen de Situaciones de Aprendizaje y Actividades:

Situaciones de Aprendizaje:

SA1: "La Comunicación no verbal" (2 sesiones)

SA2: "La Coordinación y el Ritmo" (2 sesiones)

SA3: " Bailes Populares del Mundo" (8 sesiones)

Justificación: Los contenidos a desarrollar en esta unidad se agrupan en torno a tres bloques: toma de conciencia del cuerpo y sus posibilidades, la valoración de la importancia de la expresión como medio de comunicación interpersonal en su entorno sociocultural, y la creatividad en la expresión y el ritmo a través de la elaboración de bailes y/o coreografías. Para el desarrollo del primer bloque se realizarán fundamentalmente actividades propias expresivas introductorias en gran grupo. La percepción del propio cuerpo se facilita a través de este tipo de trabajos en estas edades en la que el alumno/a inicia un progresiva conocimiento y control de sí mismo. Relacionada con esta misma idea se encuentra el segundo bloque donde el alumno/a descubre su importancia induciéndolo/a a reflexionar sobre la expresión corporal como medio de comunicación con su entorno próximo. El proceso de creación, como tercer bloque, se realizará de forma colectiva, en pequeños grupos, ya que así es más fácil debido a que permite al alumno/a no enfrentarse individualmente a la tarea favoreciendo la relación con los demás bajo la premisa "juntos podemos hacer algo más divertido o más original". Todo esto supone un esfuerzo creativo colectivo de gran valor formativo. A nuestro alumnado les sirve para poder crear sus propias representaciones y valorar el carácter afectivo, de relación y por qué no, de diversión que este tipo de actividades conllevan. Por

último señalar que tendremos muy en cuenta las dificultades que presentan este tipo de actividades para algunos/as de nuestros alumnos/as, que se centran especialmente en el plano socioafectivo y de relación, siendo frecuente que se inhiban de trabajos más por la imagen que tiene de sí mismo y que puedan tener los demás, que por la propia dificultad de las tareas propuestas.

Resumen de Actividades, Contenidos y Productos a realizar por sesiones:

Sesión 1: Explicación de la situación de aprendizaje; Distribución de roles en los grupos; objetivos, criterios específicos que deben de cumplir para la elaboración de la coreografía-producto final y forma de evaluación de la situación.

Sesiones de 2-10: Sesiones de expresión; Ensayo por grupos, aprendizaje de los diferentes bailes; elaboración de coreografía grupal (baile inventado)

Sesión 11-12: Examen práctico

Fundamentación Curricular:

Criterios de Evaluación: Todos; 1, 2, 3 y 4 (ver concreción anterior)

Competencias; Contenidos y Estándares de Aprendizaje evaluables implicados (ver resumen programación)

Evaluación:

Técnicas: Observación diaria del profesor

Herramientas: Listas de cotejo y/o control

Instrumentos: Fichas; documentos entregados por los alumnos/as; Productos finales

Tipos: Heteroevaluación; Autoevaluación; Coevaluación

Fundamentación Metodológica:

Métodos de Enseñanza y Metodología: Enseñanza Directiva; Investigación Guiada; Investigación Grupal; Simulación. Aprendizaje basado en Proyectos (Prueba práctica de bailes populares del mundo)

Espacios: Gimnasio; Cancha y/o Aire Libre.

Agrupamientos: Grupos Heterogéneos; Gran Grupo

Recursos: Altavoz, reproductor de música (móvil), objetos que traigan los alumnos/as.

Estrategia de trabajo para el tratamiento transversal de la Educación en Valores:

Estrategias para desarrollar la Educación en Valores: Durante el desarrollo de esta unidad y de todas sus situaciones de aprendizaje el profesor anotará en su cuaderno, tablet o similar, aspectos de Esfuerzo personal, Participación Activa, Trabajo Cooperativo y Respeto a las normas. Asimismo hacemos constar que esta unidad está especialmente vinculada al trabajo de Inteligencias Múltiples, especialmente las de Inteligencia Inter e Intrapersonal; Cinestésica-corporal; Espacial y Musical.

Programas y Proyectos implicados en la unidad de programación:

Implementación:

Período de implementación: Mayo-Junio 2021

Áreas, materias, ámbitos implicados: Educación Física

Valoración de ajuste:

Desarrollo: El profesor al principio de la unidad dirá todos los aspectos a evaluar en la misma; al finalizar hablará personalmente con cada uno de sus alumnos/as donde le indicará su nota final y cómo se ha obtenido, a la vez de los aspectos que debe mejorar. Se intentará buscar un compromiso de implicación en la mejora de esos aspectos en el alumno/a, principalmente en aquellos con evaluación negativa o inferior a sus expectativas.

Propuestas de mejora: Asimismo el profesor realizará una evaluación de la enseñanza, de su práctica docente, donde quede de manifiesto el grado de cumplimiento y de conveniencia de la unidad, de sus situaciones de aprendizaje, de sus actividades, de sus contenidos y de si se han alcanzado los objetivos propuestos. Además añadirá alguna propuesta de mejora si así lo cree necesario, añadiendo nuevas situaciones de aprendizaje o nuevas actividades que espera mejoren el proceso.

2º BACHILLERATO: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO (A.C.M.)

ASPECTOS GENERALES DE LA PROGRAMACIÓN DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA ESTE CURSO 20-21

1. Para este curso se establecen tres planes diferentes para la impartición de esta programación:

- **Plan A (Presencial):** La programación se impartirá tal y como está diseñada teniendo en cuenta las medidas y el plan de contingencia del centro siguiendo las recomendaciones sanitarias por la incidencia de la pandemia derivada del Covid-19. Todos los apuntes y documentos que se harán llegar a los alumnos/as serán colgados digitalmente en la página web del instituto www.ies-josefinadelatorre.org.
- **Plan B (Semipresencial):** Igual que el plan A, estableciendo además un seguimiento on line de las sesiones de cada grupo en la plataforma Google Classroom.
- **Plan C (On Line):** Igual que plan B, estableciendo además videollamadas o videoconferencias en las horas asignadas para las sesiones de E.F. en la plataforma Google Meet.

2. Se realizará un Diagnóstico Inicial del Alumnado para dar respuesta a los principios de inclusión y equidad con respecto a los aprendizajes que se consideren esenciales y que no se impartieron en el curso 19-20 debido al confinamiento provocado por la pandemia del Covid-19. (Dado el carácter general y abierto de nuestra área y en función de los criterios de evaluación trabajados en el curso anterior, el Dpto. de Educación Física no considera, de manera general (se verá cada caso particular), necesario implementar otras formas de organizar el currículo ni agrupamientos del alumnado garantizando la continuidad del proceso educativo del alumnado para el desarrollo y adquisición de las competencias y en la consecución de los objetivos de etapa.

- 3. En cuanto a las medidas de refuerzo y de recuperación de alumnado con aprendizajes impartidos y no adquiridos de cursos anteriores, el Dpto. de Educación Física establece realizar un Plan en el que a través de las diferentes situaciones de aprendizaje propuestas en la programación para este curso se valoren a dicho alumnado los criterios de evaluación de 1º de Bachillerato pudiendo recuperar así la materia del curso anterior.**

- 4. En cuanto a la Atención a la Diversidad debemos constatar como cobra una especial relevancia en el contexto actual. Para ello podrá ser necesario el reajuste del propio diseño de las diferentes situaciones de aprendizaje de manera que se adecúen, en función de la diversidad específica de necesidad del alumno/a, los elementos de la secuencia didáctica a sus características para que pueda aprender y participar de experiencias de aprendizaje comunes y universales (adecuación de entornos, materiales adaptados) ofreciendo múltiples propuestas que fomenten su autonomía. En los tres planes de programación (A, B y C) se procurará que este alumnado cuente con el material adaptado a sus necesidades y con recursos tecnológicos específicos para la enseñanza-aprendizaje.**

- 5. En cuanto a Aspectos Metodológicos, el departamento de E.F. fomentará la utilización de metodologías, estrategias y/o técnicas metodológicas como aprendizaje cooperativo; flipped learning (aprendizaje invertido) y gamificación; que favorezcan la integración activa y normalizada de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) así como la Competencia Digital.**

Criterio de evaluación 1

Evaluar el nivel inicial, la evolución y el nivel final de la condición física dentro del proyecto de trabajo personal, mediante test y pruebas de campo teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y las mejoras obtenidas. Todo ello con la finalidad de valorar la confianza en las propias posibilidades que proporciona la realización del entrenamiento adecuado.

Este criterio busca constatar que el alumnado es capaz de evaluar su propio proyecto de trabajo personal o el de otro compañero o compañera, teniendo en cuenta el objetivo final de este. Para ello se comprobará que el alumnado es capaz de determinar el nivel de condición física inicial, utilizando los protocolos necesarios de los test y de las pruebas de campo elegidos, de manera que ajuste el diseño de su proyecto de trabajo a esta condición física inicial. Además, se verificará si analiza el grado de desarrollo que va alcanzando durante la aplicación del proyecto, de manera que sea capaz de ajustarlo en las diferentes fases de su puesta en práctica a partir del análisis de sus potencialidades y limitaciones. Finalmente, se comprobará si es capaz de valorar el proyecto en función del logro del objetivo fijado al principio y de hacer propuestas concretas de mejora al proyecto diseñado inicialmente en aras de un desarrollo personal óptimo.

Competencias Implicadas: AA, CSC, SIEE

Contenidos

- Aplicación de los test y las pruebas de campo como instrumento de evaluación para el seguimiento del proyecto de trabajo personal orientado a la mejora de la salud.

Indicadores

1. Realiza los test y pruebas de campo consiguiendo resultados acordes a su nivel de desarrollo.
2. Analiza su nivel de condición física y plantea objetivos acordes a dicho nivel.

Instrumentos de evaluación

- Ficha de test
- Trabajo del plan de acondicionamiento

A desarrollar en la Unidad de Programación 1: "Condición Física y Salud" (1º Trimestre)

Criterio de Evaluación 2

Aplicar los conocimientos sobre la actividad física y la salud en el diseño de un proyecto personal de trabajo orientado a la salud con la finalidad de mantener o mejorar la condición física, utilizando los recursos disponibles en el centro, en sus inmediaciones o en el medio natural de Canarias, valorando la seguridad en la práctica de la actividad física.

Con este criterio se pretende evaluar si el alumnado es capaz de aplicar, de manera autónoma, sus conocimientos sobre la actividad física y la salud (hábitos de vida saludables, nutrición, higiene, entrenamiento invisible...), en el diseño de su propio proyecto de trabajo personal, utilizando los recursos disponibles en el centro, en sus inmediaciones o en el medio natural de Canarias, integrando además actividades relacionadas con los juegos y los deportes tradicionales de Canarias, de manera que mantenga o mejore sus capacidades físicas con un enfoque basado en la salud individual. Se constatará que, para ello, el alumnado puede realizar, individual, grupal o colaborativamente, una evaluación de su nivel de condición física inicial, obteniendo así la información necesaria para diseñar este proyecto de trabajo personal, de manera que adecue el proyecto diseñado a sus propias posibilidades. Se valorará asimismo que el

alumno o la alumna tenga en cuenta las condiciones para una práctica segura. Se evaluará también que sea capaz de justificar suficientemente su diseño, identificando los principios del entrenamiento, las leyes de la adaptación que cumplir, las capacidades físicas básicas y conductas motrices para la mejora de la salud y calidad de vida, los métodos y medios de entrenamiento que mejor se ajustan a sus necesidades y a su entorno, así como todas las variables que afectan de una u otra forma al acondicionamiento físico. Todo ello con la finalidad de mantener y mejorar su propia condición física y su salud.

Competencias Implicadas: CL, CMCT, AA, CSC, SIEE, CEC

Contenidos

- Reconocimiento de la higiene y salud para la calidad de vida.
- Importancia del conocimiento de la nutrición en la salud y su relación con la condición física.
- El entrenamiento invisible como favorecedor de la mejora de la condición física.
- Relación de los mitos y falsas creencias con el ejercicio físico y la salud.
- Conocimiento de las actividades físicas como recurso para la potenciación de la salud.
- Interpretación de los principios de la teoría del entrenamiento.
- Conocimiento y ejecución de los sistemas, métodos y medios del entrenamiento
- Profundización en el reconocimiento de las capacidades físicas capacidades físicas básicas y conductas motrices.

Indicadores

3. El plan tiene en cuenta los principios del acondicionamiento físico

4. Utiliza recursos materiales variados de forma correcta.
5. El plan se ajusta a sus propias posibilidades.
6. Utiliza diferentes métodos y medios de entrenamiento.

Instrumentos de evaluación

6. Trabajo del plan de acondicionamiento
7. Sesiones preparadas por el alumno

A desarrollar en la Unidad de Programación 1: "Condición Física y Salud" (1º Trimestre)

Criterio de evaluación 3

Ejecutar un proyecto de trabajo personal de la condición física que incida en el mantenimiento o la mejora de la propia salud, valorando la seguridad en la práctica de la actividad física, con la finalidad de adquirir conciencia sobre su propio cuerpo, aplicando las normas básicas de actuación ante posibles lesiones o accidentes menores en la práctica de la actividad física.

Con este criterio se pretende comprobar si el alumnado es capaz de llevar a la práctica el proyecto de trabajo personal que ha diseñado, verificando que los sistemas, métodos y medios de entrenamiento utilizados se ajustan a sus necesidades y a las posibilidades de su entorno, y que contribuyen a mejorar su salud. Se comprobará si el alumnado es capaz de reconocer posibles lesiones y accidentes que se puedan producir durante la práctica, así como los protocolos de actuación inmediata, que permitan minimizar el alcance de estas. Se valorará en el proceso de evaluación que las tareas y los ejercicios (sean actividades recreativas, deportivas o con soporte musical), estén debidamente justificadas y controladas, y no supongan un riesgo para su salud. El alumnado podrá ejecutar en la práctica el proyecto de trabajo personal de la condición física en colaboración con otros compañeros y compañeras, de forma que puedan cooperar respetando las particularidades de cada una de las personas.

Competencias Implicadas: AA, CSC, SIEE

Contenidos

- Interpretación desde una perspectiva crítica de los principios y métodos vinculados a la teoría del entrenamiento que favorezcan el desarrollo de la salud.
- Conocimiento y ejecución de los sistemas, métodos y medios del entrenamiento, en especial aquellos que promuevan al fomento de la salud.
- Correcta ejecución de ejercicios y tareas asociados a distintos ámbitos de la motricidad (recreativos, deportivos y con fondo musical) y su aplicación a los programas de mejora del acondicionamiento físico. Valoración de la importancia de su conocimiento como prevención de accidentes y lesiones deportivas.

Indicadores

7. Participa en las clases
8. Ejecuta los diferentes ejercicios de forma correcta

Instrumentos de evaluación

- Ficha de seguimiento de las clases
- Productos finales de las diferentes unidades de programación.

A desarrollar en todas las unidades del curso: Unidad de Programación 1: "Condición Física y Salud"; Unidad de Programación 2: "Acondicionamiento Físico en Actividades Dirigidas"; Unidad de Programación 3: "Acondicionamiento Físico en los Juegos Tradicionales Canarios" y Unidad de Programación 4: "Acondicionamiento Físico a través de la Expresión Corporal" (1º, 2º y 3º Trimestre)

Criterio de evaluación 4

Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, las herramientas y recursos disponibles en la red o aplicaciones digitales como medio para obtener información, diseñar, poner en práctica y evaluar su proyecto de trabajo personal.

Con este criterio se propone verificar que el alumnado emplea de manera responsable y personal las tecnologías de la información y la comunicación, incluyendo sus vertientes interactivas y colaborativas, para recopilar, seleccionar, transformar y transmitir información vinculada con el entrenamiento, la condición física y la promoción de hábitos de vida saludables relacionados con la práctica de actividad física y el deporte. Se comprobará que, para ello, utiliza distintos dispositivos (ordenadores, móviles, tabletas...) y que es capaz de realizar búsquedas, etiquetar, comentar, compartir, participar en plataformas y entornos educativos en línea, publicar en sitios web, utilizar aplicaciones móviles, o generar presentaciones, pósteres, infografías o cualquier otra producción digital. Además, se potenciará la utilización de estos recursos tecnológicos para el diseño, puesta en práctica y evaluación de su proyecto de trabajo personal. Todo ello con la finalidad de potenciar un uso responsable y adecuado de las TIC.

Competencias Implicadas: CL, AA, CSC, SIEE, CD

Contenidos

- Uso y valoración de los recursos tecnológicos para el desarrollo práctico, la mejora y ampliación de los contenidos de la materia.
- Empleo de las tecnologías de la información y comunicación para la recopilación de información diversa y desarrollo de los contenidos de la materia. Análisis y valoración de la información.

Indicadores

9. Recopila información utilizando diferentes fuentes
10. Realiza una presentación en formato digital

Instrumentos de evaluación

- Trabajo posibilidades laborales

A desarrollar en: Unidad de Programación 2: "Acondicionamiento Físico en Actividades Dirigidas"; Unidad de Programación 3: "Acondicionamiento Físico en los Juegos Tradicionales Canarios" y Unidad de Programación 4: "Acondicionamiento Físico a través de la Expresión Corporal" (2º y 3º Trimestre)

Criterio de evaluación 5

Analizar las posibilidades laborales en torno a la actividad física en el mercado profesional actual.

Se trata de evaluar con este criterio si el alumnado es capaz de analizar las posibles salidas profesionales relacionadas con la condición física y, por consiguiente, con la actividad física en sí misma, indagando en la situación del mercado laboral tanto a nivel europeo y nacional, como regional, insular y local, de tal manera que le sirva para averiguar y reconocer sus posibilidades futuras respecto a su formación académica y al campo profesional de su interés.

Competencias Implicadas: AA, CSC, SIEE

Contenidos

- Análisis y estudio de las ofertas y demandas del acondicionamiento físico en el mercado laboral actual en los niveles europeo, estatal, autonómico, insular y municipal.
- Conocimiento y valoración de las salidas profesionales en el campo de la actividad física y del acondicionamiento.

Indicadores

11. Analiza las posibilidades laborales relacionadas con la condición física
12. Analiza las diferentes posibilidades que ofrece el sistema educativo en relación a la actividad física.

Instrumentos de evaluación

a) Trabajo posibilidades laborales

A desarrollar en: Unidad de Programación 2: "Acondicionamiento Físico en Actividades Dirigidas"; Unidad de Programación 3: "Acondicionamiento Físico en los Juegos Tradicionales Canarios" y Unidad de Programación 4: "Acondicionamiento Físico a través de la Expresión Corporal" (2º y 3º Trimestre)

UNIDADES DE PROGRAMACIÓN 2º BACHILLERATO: "A.C.M."

IES JOSEFINA DE LA TORRE CURSO 20-21

Unidad de Programación 1: "Condición Física y Salud"

Sinopsis: Esta unidad fundamenta su aplicación teórico-práctica en la secuenciación de diferentes Situaciones de Aprendizaje que poseen como objetivo la introducción de los aprendizajes significativos del Acondicionamiento Físico durante todo el período formativo del curso, principalmente en lo relativo a las capacidades físicas, tanto básicas o condicionales como coordinativas o perceptivo-motrices. Se inicia un nuevo curso; nuestro alumnado y nosotros mismos, como docentes, debemos conocer el estado de la condición física de cada uno/a de nuestros/as alumnos/as. Es por ello que, mediante diferentes pruebas o test, conoceremos cuál es ese estado. Una vez obtenidos los resultados nuestro alumnado reflexionará sobre ello haciendo una valoración del mismo y se le darán las pautas necesarias para elaborar un plan de entrenamiento para la mejora de una capacidad física concreta (que se evaluará en la tercera evaluación). En esta última evaluación se desarrollará una situación de aprendizaje donde el alumno/a conocerá si he mejorado o no su condición física a lo largo del curso.

Resumen de Situaciones de Aprendizaje y Actividades:

Situaciones de Aprendizaje:

SA1: "Mi Condición Física. Capacidades Físicas Básicas" (7 sesiones)

SA2: "Capacidades Físicas Coordinativas: La Coordinación, el Equilibrio y la Agilidad. Valoración de Resultados y Plan de entrenamiento" (6 sesiones)

SA3: "Mi Condición Física ahora. Comparto mi Plan" (5 sesiones)

Justificación: El planteamiento de estas situaciones tiene una doble vertiente: continuar con el desarrollo de la condición física del alumno/a y sentar las bases para la práctica físico-deportiva de forma autónoma. El desarrollo de estas situaciones nos servirá, además de que el alumno/a conozca y valore su nivel de condición física general y de sus capacidades físicas en particular, para sentar las bases de posteriores situaciones ya que la mejoraría en el rendimiento físico incide directamente en la eficacia a la hora de llevar a cabo

otras prácticas físico-deportivas, lúdico-recreativas y artístico-expresivas. Si bien estas situaciones están específicamente destinadas al desarrollo de la condición física debemos hacer constar que este tipo de trabajo no se abandonará a lo largo del curso, sino que se incluirá de forma complementaria en todas las unidades programadas. El papel del profesor a lo largo de esta unidad de programación será, además de proponer las tareas, test o productos finales a realizar por los alumnos/as de valoración de las diferentes capacidades físicas, la de observar a los alumnos/as, darles indicaciones para reforzar, motivar y corregir. Al mismo tiempo realizará anotaciones sobre el trabajo de cada alumno/a en las sesiones para realizar una evaluación completa del proceso, dará indicaciones importantes sobre el grado de esfuerzo (toma de frecuencia cardíaca, forma de superar obstáculos y de mejorar cada uno de los test físicos planteados). Es importante que los alumnos/as vayan tomando conciencia de la importancia que este tipo de trabajos tiene para el desarrollo de la salud en general y que lo incorporen a su actividad normal como un hábito ameno y saludable. Parece evidente que a través de la actividad física y desde nuestra materia (donde el alumnado normalmente es más abierto y extrovertido) se adquiere mayor conciencia sobre los usos y cuidados del cuerpo así como de los conceptos de bienestar y salud. Es por ello que, podemos y debemos, contribuir a moderar o eliminar ciertos hábitos nocivos cuya aparición coincide, a menudo, con estas edades; nos referimos al consumo de tabaco, alcohol y otras drogas. Nuestro alumnado debe conocer y saber valorar los efectos que esta práctica puede comportarle a su salud y quién mejor que nosotros, los de Educación Física, abogemos por ello. Asimismo se trabajarán aspectos relacionados con la nutrición y la dieta equilibrada así como la consolidación y ampliación de aspectos relacionados con nuestro cuerpo humano dados en cursos anteriores.

Resumen de Actividades, Contenidos y Productos a realizar por sesiones:

Sesiones de 1-6 : Explicación de la evaluación inicial de la condición física del alumno/a (Perspectiva); El Calentamiento y la sesión de Educación Física; Juegos; Deportes y Otras Actividades Físicas y su implicación con las diferentes capacidades físicas.

Sesión 7: Tipos de Resistencia; Test de Cooper (Resistencia Aeróbica)

Sesión 8: Test de 3000m (Resistencia Aeróbica)

Sesión 9: Test de Course-Navette (R. Aeróbica y Anaeróbica)

Sesión 10: Tipos de Velocidad; Test de Velocidad de Desplazamiento (40m) y Test de Velocidad Mixta (5x10m)

Sesión 11: Tipos de Fuerza; Test de Potencia de Brazos, Test de Potencia de Piernas vertical y Test de Potencia de Piernas horizontal.

Sesión 12: Flexibilidad; Estiramientos; Test de Flexión profunda del tronco

Sesión 13: Evaluación inicial. Tipos de Coordinación; Tipos de Equilibrio; Preparación-ensayo de Test de Coordinación y Equilibrio.

Sesiones de 14 a 16: Test de Coordinación y Equilibrio.

Sesión 17: La Agilidad como capacidad física resultante; Explicación de Test; Test Circuito de Agilidad 1 parte.

Sesión 18: Test Circuito de Agilidad 2 parte.

Sesiones 19 y 20: Sesión de Recuperación de test.

Sesión 21: Elaboración de Tabla de Condición Física; Valoración de Resultados.

Sesiones 22-23: Pautas para elaborar un Plan de Entrenamiento Personal de mejora de una capacidad física. (a realizar durante el curso). Ficha de Autoevaluación.

Sesiones 24-30: Efectos del consumo de ciertos hábitos nocivos para la salud. Nuestro cuerpo. Nutrición y Alimentación. Seguridad Deportiva; Primeros Auxilios y Lesiones más frecuentes.

Sesiones de 31-35: Cada alumno/a llegado el momento elegirá diferentes test que midan una capacidad física concreta para repetirlo en el final del curso y comprobar su mejoría o no. Exposición de algún trabajo sobre el Plan de Entrenamiento. Ficha de Autoevaluación.

(El número de cada sesión podrá verse alterado por disponibilidad de la instalación adecuada para su realización)

Fundamentación Curricular:

Criterios de Evaluación: 1, 2 y 3.

Competencias; Contenidos y Estándares de Aprendizaje evaluables implicados (ver resumen programación)

Evaluación:

Técnicas: Observación diaria del profesor

Herramientas: Listas de cotejo y/o control

Instrumentos: Fichas; documentos entregados por los alumnos/as; Productos finales

Tipos: Heteroevaluación; Autoevaluación

Ficha 1: Diferentes Tablas de Condición Física

MI NOMBRE:							
MI CURSO:							
MI CONDICIÓN FÍSICA (Perspectiva): EXCELENTE - MUY BUENA - BUENA - REGULAR/NORMAL - MALA - MUY MALA - PÉSIMA							
	TEST	CAPACIDAD FÍSICA	TIPO	PERSPECTIVA	RESULTADO	REALIDAD	DIFERENCIA
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
						MEDIA:	TOTAL:
GRADO DE CONOCIMIENTO DE MI CONDICIÓN FÍSICA (AUTOEVALUACIÓN):							

RESULTADO OBTENIDO (Diferencia entre perspectiva y realidad)	MEDIA DE LA CONDICIÓN FÍSICA OBTENIDA POR EL ALUMNO/A	NOTA NUMÉRICA ASOCIADA
ENTRE 0 Y -10	EXCELENTE	10
	MUY BUENA	9
	BUENA	8
	REGULAR O NORMAL	7
	MALA	6
	MUY MALA	5
	PÉSIMA	4
ENTRE -11 Y -15	EXCELENTE	9
	MUY BUENA	8
	BUENA	7
	REGULAR O NORMAL	6
	MALA	5
	MUY MALA	4
	PÉSIMA	3
ENTRE -16 Y -20	EXCELENTE	8
	MUY BUENA	7
	BUENA	6
	REGULAR O NORMAL	5
	MALA	4
	MUY MALA	3
	PÉSIMA	2
PEOR DE -20	EXCELENTE	7
	MUY BUENA	6
	BUENA	5
	REGULAR O NORMAL	4
	MALA	3
	MUY MALA	2
	PÉSIMA	1

RESISTENCIA : TEST DE COOPER (12') (1º Bachillerato y 2º ACF)		
Condición Física	CHICOS	CHICAS
Excelente	Más de 2.900 metros	Más de 2.600 metros
Muy Buena	Entre 2.700 y 2.900 metros	Entre 2.400 y 2.600 metros
Buena	Entre 2.500 y 2.700 metros	Entre 2.200 y 2.400 metros
Regular, Normal	Entre 2.300 y 2.500 metros	Entre 2.000 y 2.200 metros
Mala	Entre 2.000 y 2.300 metros	Entre 1.800 y 2.000 metros
Muy Mala	Entre 1.700 y 2.000 metros	Entre 1.500 y 1.800 metros
Pésima	Menos de 1.700 metros	Menos de 1.500 metros

RESISTENCIA : TEST DE 3000m (1° y 2° Bachillerato)		
Condición Física	CHICOS	CHICAS
Excelente	Menos de 13'	Menos de 14'
Muy Buena	Entre 13' y 14'	Entre 14'01" y 15'
Buena	Entre 14'01" y 15'	Entre 15'01" y 16'
Regular, Normal	Entre 15'01" y 17'	Entre 16'01" y 18'
Mala	Entre 17'01" y 19'	Entre 18'01" y 20'
Muy Mala	Entre 19'01" y 21'	Entre 21'01" y 22'
Pésima	Más de 21'	Más de 22'

RESISTENCIA: TEST DE COURSE-NAVETTE (1° y 2° Bachillerato)		
Condición Física	CHICOS	CHICAS
Excelente	Más de 10,5 periodos	Más de 9,5 periodos
Muy Buena	Entre 9,5 y 10,5 periodos	Entre 8,5 y 9,5 periodos
Buena	Entre 8,5 y 9 periodos	Entre 7,5 y 8 periodos
Regular, Normal	Entre 6,5 y 8 periodos	Entre 5,5 y 7 periodos
Mala	Entre 5 y 6 periodos	Entre 4 y 5 periodos
Muy Mala	Entre 3,5 y 4,5 periodos	Entre 2,5 y 3,5 periodos
Pésima	Menos de 3,5 periodos	Menos de 2,5 periodos

FLEXIBILIDAD : TEST FLEX.TRONCO (Banco Sueco) (1° y 2° Bachillerato)		
Condición Física	CHICOS	CHICAS
Excelente	Más de 15 cm	Más de 20 cm
Muy Buena	Entre 10 y 14 cm	Entre 16 y 19 cm
Buena	Entre 5 y 9 cm	Entre 10 y 15 cm
Regular, Normal	Entre 0 y 4 cm	Entre 5 y 9 cm
Mala	Entre -1 y -4 cm	Entre 1 y 4 cm
Muy Mala	Entre -5 y -9 cm	Entre 0 y -4 cm
Pésima	Más de -10 cm	Más de -5 cm

VELOCIDAD : TEST de V. de Desplazamiento (35-40m) (1° y 2° Bachillerato)		
Condición Física	CHICOS	CHICAS
Excelente	Menos de 5,5 segundos	Menos de 6 segundos
Muy Buena	Entre 5,6 y 6,1 segundos	Entre 6,1 y 6,5 segundos
Buena	Entre 6,2 y 6,7 segundos	Entre 6,6 y 7,1 segundos
Regular, Normal	Entre 6,8 y 7,3 segundos	Entre 7,2 y 7,7 segundos
Mala	Entre 7,4 y 7,9 segundos	Entre 7,8 y 8,3 segundos
Muy Mala	Entre 8 y 8,4 segundos	Entre 8,4 y 8,9 segundos
Pésima	Más de 8,5 segundos	Más de 9 segundos

VELOCIDAD : TEST de V. de Desplazamiento (100m en curva) (1° y 2° Bachillerato)		
Condición Física	CHICOS	CHICAS
Excelente	Menos de 13 segundos	Menos de 14,5 segundos
Muy Buena	Entre 13 y 13,6 segundos	Entre 14,5 y 15 segundos
Buena	Entre 13,7 y 14,4 segundos	Entre 15,1 y 15,6 segundos
Regular, Normal	Entre 14,5 y 14,9 segundos	Entre 15,7 y 16,2 segundos
Mala	Entre 15 y 15,6 segundos	Entre 16,3 y 16,8 segundos
Muy Mala	Entre 15,6 y 16,2 segundos	Entre 16,9 y 17,5 segundos
Pésima	Más de 16,2 segundos	Más de 17,6 segundos

VELOCIDAD : TEST de V. Mixta (6x5m) (1° y 2° Bachillerato)		
Condición Física	CHICOS	CHICAS
Excelente	Menos de 9 segundos	Menos de 9,5 segundos
Muy Buena	Entre 9,1 y 9,4 segundos	Entre 9,6 y 10 segundos
Buena	Entre 9,5 y 9,9 segundos	Entre 10,1 y 10,5 segundos
Regular, Normal	Entre 10 y 10,4 segundos	Entre 10,6 y 11 segundos
Mala	Entre 10,5 y 10,9 segundos	Entre 11,1 y 11,5 segundos
Muy Mala	Entre 11 y 11,4 segundos	Entre 11,6 y 12 segundos
Pésima	Más de 11,5 segundos	Más de 12,1 segundos

FUERZA : TEST DE POTENCIA DE BRAZOS (3Kg B.Medicinal) (1° y 2° Bachillerato)		
Condición Física	CHICOS	CHICAS
Excelente	Más de 9,5 metros	Más de 8,5 metros
Muy Buena	Entre 8,5 y 9,4 metros	Entre 7,5 y 8,4 metros
Buena	Entre 7,5 y 8,4 metros	Entre 6,5 y 7,4 metros
Regular, Normal	Entre 6,5 y 7,4 metros	Entre 5,5 y 6,4 metros
Mala	Entre 5,5 y 6,4 metros	Entre 4,5 y 5,4 metros
Muy Mala	Entre 4,5 y 5,4 metros	Entre 3,5 y 4,4 metros
Pésima	Menos de 4,5 metros	Menos de 3,5 metros

FUERZA : TEST DE POTENCIA DE PIERNAS (Detente Horizontal) (1° y 2° Bachillerato)		
Condición Física	CHICOS	CHICAS
Excelente	Más de 2,30 metros	Mas de 2,20 metros
Muy Buena	Entre 2,15 y 2,29 metros	Entre 2,05 y 2,19 metros
Buena	Entre 2 y 2,14 metros	Entre 1,85 y 2,04 metros
Regular, Normal	Entre 1,85 y 1,99 metros	Entre 1,70 y 1,84 metros
Mala	Entre 1,70 y 1,84 metros	Entre 1,50 y 1,69 metros
Muy Mala	Entre 1,50 y 1,69 metros	Entre 1,35 y 1,49 metros
Pésima	Menos de 1,49 metros	Menos de 1,34 metros

FUERZA : TEST DE POTENCIA DE PIERNAS (Detente Vertical) (1° y 2° Bachillerato)		
Condición Física	CHICOS	CHICAS
Excelente	Más de 0,50 metros	Más de 0,45 metros
Muy Buena	Entre 0,44 y 0,49 metros	Entre 0,39 y 0,44 metros
Buena	Entre 0,39 y 0,44 metros	Entre 0,34 y 0,38 metros
Regular, Normal	Entre 0,34 y 0,38 metros	Entre 0,28 y 0,33 metros
Mala	Entre 0,28 y 0,33 metros	Entre 0,23 y 0,27 metros
Muy Mala	Entre 0,23 y 0,27 metros	Entre 0,18 y 0,22 metros
Pésima	Menos de 0,22 metros	Menos de 0,17 metros

COORDINACION Y EQUILIBRIO : Circuito (1° y 2° Bachillerato)		
Condición Física	CHICOS	CHICAS
Excelente	Más de 20 puntos	Más de 20 puntos
Muy Buena	Entre 17 y 19 puntos	Entre 17 y 19 puntos
Buena	Entre 13 y 16 puntos	Entre 13 y 16 puntos
Regular, Normal	12 puntos	12 puntos
Mala	Entre 9 y 11 puntos	Entre 9 y 11 puntos
Muy Mala	Entre 6 y 8 puntos	Entre 6 y 8 puntos
Pésima	Menos de 5 puntos	Menos de 5 puntos

AGILIDAD : Circuito con aros (sin vallas) (1° y 2° Bachillerato)		
Condición Física	CHICOS	CHICAS
Excelente	Menos de 20 segundos	Menos de 22 segundos
Muy Buena	Entre 20,1 y 21,6 segundos	Entre 22,1 y 23,6 segundos
Buena	Entre 21,7 y 23,2 segundos	Entre 23,7 y 25,2 segundos
Regular, Normal	Entre 23,3 y 24,8 segundos	Entre 25,3 y 26,8 segundos
Mala	Entre 24,8 y 26,3 segundos	Entre 26,9 y 28,4 segundos
Muy Mala	Entre 26,4 y 27,9 segundos	Entre 28,5 y 29,9 segundos
Pésima	Más de 28 segundos	Más de 30 segundos

Fundamentación Metodológica:

Métodos de Enseñanza y Metodología: Enseñanza Directiva; Descubrimientos Guiados; Resolución de Problemas; Aprendizaje basado en proyectos (Proyecto Producto Final: Tabla de Valoración de la Condición Física)

Espacios: Cancha; Gimnasio; Aire Libre.

Agrupamientos: Trabajo Individual, Gran Grupo.

Recursos: Cinta métrica, balón medicinal (3kg), tiza o rotulador, colchoneta, banco sueco, picas, vallas de atletismo o similar, cuerdas, plinton o similar, cronómetro, conos, pelotas de tenis, balón de fútbol, balón de baloncesto, postes de salto de altura o similar.

Estrategia de trabajo para el tratamiento transversal de la Educación en Valores:

Estrategias para desarrollar la Educación en Valores: Durante el desarrollo de esta unidad y de todas sus situaciones de aprendizaje el profesor anotará en su cuaderno, tablet o similar, aspectos de Esfuerzo personal, Participación Activa, Trabajo Cooperativo y Respeto a las normas. Asimismo hacemos constar que esta unidad está especialmente vinculada al trabajo de Inteligencias Múltiples, especialmente las de Inteligencia Inter e Intrapersonal y Cinético-corporal.

Programas y Proyectos implicados en la unidad de programación: se encuentra vinculada, de manera fundamental, al Programa Escuela y Salud y a la Red Canaria de Escuelas Promotoras de Salud (RCEPS). Del mismo modo, podría vincularse con algunos programas más específicos como el Proyecto Alipa (alimentos a la palestra), el programa PIPO (prevención de la obesidad infantil), el Programa Engoe (prevención de adicciones) y el Programa ITES (programa de tabaquismo en enseñanza secundaria).

Implementación:

Período de implementación: 1º Trimestre 2020 (30 sesiones apróx.) y Mayo 2021 (5 sesiones)

Áreas, materias, ámbitos implicados: Educación Física

Valoración de ajuste:

Desarrollo: El profesor al principio de la unidad dirá todos los aspectos a evaluar en la misma; al finalizar hablará personalmente con cada uno de sus alumnos/as donde le indicará su nota final y cómo se ha obtenido, a la vez de los aspectos que debe mejorar. Se intentará buscar un compromiso de implicación en la mejora de esos aspectos en el alumno/a, principalmente en aquellos con evaluación negativa o inferior a sus expectativas.

Propuestas de mejora: Asimismo el profesor realizará una evaluación de la enseñanza, de su práctica docente, donde quede de manifiesto el grado de cumplimiento y de conveniencia de la unidad, de sus situaciones de aprendizaje, de sus actividades, de sus contenidos y de si se han alcanzado los objetivos propuestos. Además añadirá alguna propuesta de mejora si así lo cree necesario, añadiendo nuevas situaciones de aprendizaje o nuevas actividades que espera mejoren el proceso.

Unidad de Programación 2: "Acondicionamiento Físico en Actividades Dirigidas"

Sinopsis: En esta unidad de programación nuestro alumnado trabajará por parejas o máximo tríos, donde expondrán a la clase distintas sesiones de una actividad dirigida a elegir por ellos mismos (se ofrecerán algunos ejemplos de actividades que se podrán trabajar mejor debido a la situación sanitaria de pandemia que vivimos: Yoga; Pilates; Karate (katas); Mindfulness; Zumba; Crossfit; TaiChi; entre otras). Elaborarán 2-3 sesiones donde tendrán que plantear a la clase una sesión introductoria a la actividad para posteriormente realizar prácticas de las mismas. El profesor evaluará dicha actividad de forma teórica (programación de las sesiones) y de forma práctica (realización de las mismas).

Resumen de Situaciones de Aprendizaje y Actividades:

Situaciones de Aprendizaje:

SA1: "Profes de una actividad dirigida" (aproximadamente 22 sesiones, 6 o 7 grupos)

Justificación: Como parte de los contenidos del currículo, en esta unidad de programación se persigue cumplir con el objetivo fundamental de conocer métodos de acondicionamiento físico específicos a diferentes actividades dirigidas buscando el conocimiento y fomentando la curiosidad por métodos menos frecuentes de actividad física saludable. Se realiza de forma amena y significativa ya que son los propios alumnos/as quienes deciden, según sus preferencias las actividades a realizar.

Resumen de Actividades, Contenidos y Productos a realizar por sesiones:

Sesión 1: Explicación de la situación de aprendizaje; Distribución de roles en parejas o tríos; distribución de actividades, objetivos y forma de evaluación de la situación.

Sesiones de 2-21 : Realización de las sesiones por parte de los alumnos/as.

Sesión 22: Comunicación de resultados, aspectos a mejorar...etc

Fundamentación Curricular:

Criterios de Evaluación: 3, 4 y 5. (ver concreción anterior)

Competencias; Contenidos y Estándares de Aprendizaje evaluables implicados (ver resumen programación)

Evaluación:

Técnicas: Observación diaria del profesor

Herramientas: Listas de cotejo y/o control

Instrumentos: Fichas; documentos entregados por los alumnos/as; Productos finales

Tipos: Heteroevaluación; Autoevaluación; Coevaluación

Fundamentación Metodológica:

Métodos de Enseñanza y Metodología: Investigación Guiada; Investigación Grupal. Se realizarán las clases de forma dinámica donde el alumnado se agrupará en diferentes grupos (aprendizaje cooperativo)

Espacios: Cancha; Gimnasio; Aire Libre

Agrupamientos: Grupos Heterogéneos y Gran Grupo

Recursos: Los necesarios para desarrollar la actividad elegida.

Estrategia de trabajo para el tratamiento transversal de la Educación en Valores:

Estrategias para desarrollar la Educación en Valores: Durante el desarrollo de esta unidad y de todas sus situaciones de aprendizaje el profesor anotará en su cuaderno, tablet o similar, aspectos de Esfuerzo personal, Participación Activa, Trabajo Cooperativo y Respeto a las normas. Asimismo hacemos constar que esta unidad está especialmente vinculada al trabajo de Inteligencias Múltiples, especialmente las de Inteligencia Inter e Intrapersonal; Cinestésica-corporal y Espacial.

Programas y Proyectos implicados en la unidad de programación:

Implementación:

Período de implementación: Aproximadamente Enero-Febrero-Marzo 2021 (Inicio 2º Trimestre)

Áreas, materias, ámbitos implicados: Educación Física.

Valoración de ajuste:

Desarrollo: El profesor al principio de la unidad dirá todos los aspectos a evaluar en la misma; al finalizar hablará personalmente con cada uno de sus alumnos/as donde le indicará su nota final y cómo se ha obtenido, a la vez de los aspectos que debe mejorar. Se intentará buscar un compromiso de implicación en la mejora de esos aspectos en el alumno/a, principalmente en aquellos con

evaluación negativa o inferior a sus expectativas.

Propuestas de mejora: Asimismo el profesor realizará una evaluación de la enseñanza, de su práctica docente, donde quede de manifiesto el grado de cumplimiento y de conveniencia de la unidad, de sus situaciones de aprendizaje, de sus actividades, de sus contenidos y de si se han alcanzado los objetivos propuestos. Además añadirá alguna propuesta de mejora si así lo cree necesario, añadiendo nuevas situaciones de aprendizaje o nuevas actividades que espera mejoren el proceso.

Unidad de Programación 3: "Acondicionamiento Físico en los Juegos Populares de Canarias"

Sinopsis: Esta unidad supone una continuidad de cursos anteriores en la experimentación y práctica de este tipo de juegos y/o actividades; todo ello contenidos muy motivadores para nuestro alumnado. El profesor propondrá una serie de juegos populares y/o tradicionales que jugaba en su infancia, los alumnos/as buscarán información sobre los mismos y elaborarán dos sesiones por parejas o tríos para ponerlo en conocimiento del resto de la clase y los practiquen buscando también variantes de los mismos.

Resumen de Situaciones de Aprendizaje y Actividades:

Situaciones de Aprendizaje:

SA1: "La Infancia del Profe" (14 sesiones)

Justificación: La inclusión de este tipo de actividades físico-motrices recreativas y/o lúdico-deportivas en entornos habituales y no habituales suponen un amplio abanico de actividades motivadores y de ocupación del tiempo libre y de ocio en nuestros alumnos/as. Es por ello que su presencia en el currículo y en esta programación se encuentran plenamente justificada y una oportunidad única para que nuestro alumnado las experimente.

Resumen de Actividades, Contenidos y Productos a realizar por sesiones:

Sesión 1: Explicación de la situación de aprendizaje; Distribución de roles en los grupos; Distribución de las diferentes actividades: Teje; Calimbre; Repique; Boliche; Comba y Elástico (canciones); Churro; forma de evaluación de la situación.

Sesiones de 2-14: Práctica de las diferentes actividades.

Fundamentación Curricular:

Criterios de Evaluación: 3, 4 y 5. (ver concreción anterior)

Competencias; Contenidos y Estándares de Aprendizaje evaluables implicados (ver resumen programación)

Evaluación:

Técnicas: Observación diaria del profesor

Herramientas: Listas de cotejo y/o control

Instrumentos: Fichas; documentos entregados por los alumnos/as; Productos finales

Tipos: Heteroevaluación; Autoevaluación; Coevaluación

Fundamentación Metodológica:

Métodos de Enseñanza y Metodología: Investigación Guiada; Investigación Grupal. Se realizarán las clases de forma dinámica donde el alumnado se agrupará en diferentes grupos (aprendizaje cooperativo)

Espacios: Cancha; Gimnasio; Aire Libre

Agrupamientos: Grupos Heterogéneos y Gran Grupo

Recursos: Todos aquellos necesarios para la práctica de los diferentes juegos.

Estrategia de trabajo para el tratamiento transversal de la Educación en Valores:

Estrategias para desarrollar la Educación en Valores: Durante el desarrollo de esta unidad y de todas sus situaciones de aprendizaje el profesor anotará en su cuaderno, tablet o similar, aspectos de Esfuerzo personal, Participación Activa, Trabajo Cooperativo y Respeto a las normas. Asimismo hacemos constar que esta unidad está especialmente vinculada al trabajo de Inteligencias Múltiples, especialmente las de Inteligencia Inter e Intrapersonal; Cinestésica-corporal; Espacial y Musical.

Programas y Proyectos implicados en la unidad de programación: Esta SA está vinculada a la Red Canaria de Escuelas Promotoras de la Salud, así como con el proyecto de centro Recreos Activos, donde se facilita un espacio para la práctica de actividad física en los recreos, tutelada por el profesorado, dado que los aprendizajes abordados en esta SA se ajustan a los contenidos de estas redes y proyectos.

Implementación:

Período de implementación: Aproximadamente Marzo-Abril 2021 (Final 2º Trimestre-Inicio 3º Trimestre)

Áreas, materias, ámbitos implicados: Educación Física.

Valoración de ajuste:

Desarrollo: El profesor al principio de la unidad dirá todos los aspectos a evaluar en la misma; al finalizar hablará personalmente con cada uno de sus alumnos/as donde le indicará su nota final y cómo se ha obtenido, a la vez de los aspectos que debe mejorar. Se intentará buscar un compromiso de implicación en la mejora de esos aspectos en el alumno/a, principalmente en aquellos con evaluación negativa o inferior a sus expectativas.

Propuestas de mejora: Asimismo el profesor realizará una evaluación de la enseñanza, de su práctica docente, donde quede de manifiesto el grado de cumplimiento y de conveniencia de la unidad, de sus situaciones de aprendizaje, de sus actividades, de sus contenidos y de si se han alcanzado los objetivos propuestos. Además añadirá alguna propuesta de mejora si así lo cree necesario, añadiendo nuevas situaciones de aprendizaje o nuevas actividades que espera mejoren el proceso.

<i>Unidad de Programación 4: "Acondicionamiento Físico a través de la Expresión Corporal"</i>
--

Sinopsis: En esta unidad de programación se trabajarán aspectos relacionados con la expresión del cuerpo en movimiento, sesiones de mímica, coordinación, creatividad y ritmo musical para terminar con un proyecto de Bailes Populares del Mundo.

Resumen de Situaciones de Aprendizaje y Actividades:

Situaciones de Aprendizaje:

SA1: "La Comunicación no verbal" (2 sesiones)

SA2: "La Coordinación y el Ritmo" (2 sesiones)

SA3: " Escenificación Final" (8 sesiones)

Justificación: Los contenidos a desarrollar en esta unidad se agrupan en torno a tres bloques: toma de conciencia del cuerpo y sus posibilidades, la valoración de la importancia de la expresión como medio de comunicación interpersonal en su entorno sociocultural, y

la creatividad en la expresión y el ritmo a través de la elaboración de bailes y/o coreografías. Para el desarrollo del primer bloque se realizarán fundamentalmente actividades propias expresivas introductorias en gran grupo. La percepción del propio cuerpo se facilita a través de este tipo de trabajos en estas edades en la que el alumno/a inicia un progresiva conocimiento y control de sí mismo. Relacionada con esta misma idea se encuentra el segundo bloque donde el alumno/a descubre su importancia induciéndolo/a a reflexionar sobre la expresión corporal como medio de comunicación con su entorno próximo. El proceso de creación, como tercer bloque, se realizará de forma colectiva, en pequeños grupos, ya que así es más fácil debido a que permite al alumno/a no enfrentarse individualmente a la tarea favoreciendo la relación con los demás bajo la premisa "juntos podemos hacer algo más divertido o más original". Todo esto supone un esfuerzo creativo colectivo de gran valor formativo. A nuestro alumnado les sirve para poder crear sus propias representaciones y valorar el carácter afectivo, de relación y por qué no, de diversión que este tipo de actividades conllevan. Por último señalar que tendremos muy en cuenta las dificultades que presentan este tipo de actividades para algunos/as de nuestros alumnos/as, que se centran especialmente en el plano socioafectivo y de relación, siendo frecuente que se inhiban de trabajos más por la imagen que tiene de sí mismo y que puedan tener los demás, que por la propia dificultad de las tareas propuestas.

Resumen de Actividades, Contenidos y Productos a realizar por sesiones:

Sesión 1: Explicación de la situación de aprendizaje; Distribución de roles en los grupos; objetivos, criterios específicos que deben de cumplir para la elaboración de la coreografía-producto final y forma de evaluación de la situación.

Sesiones de 2-10: Sesiones de expresión; Ensayo por grupos, aprendizaje de los diferentes bailes; elaboración de coreografía grupal (playback canción)

Sesión 11-12: Escenificación final.

Fundamentación Curricular:

Criterios de Evaluación: Todos; 1, 2, 3 y 4 (ver concreción anterior)

Competencias; Contenidos y Estándares de Aprendizaje evaluables implicados (ver resumen programación)

Evaluación:

Técnicas: Observación diaria del profesor

Herramientas: Listas de cotejo y/o control

Instrumentos: Fichas; documentos entregados por los alumnos/as; Productos finales

Tipos: Heteroevaluación; Autoevaluación; Coevaluación

Fundamentación Metodológica:

Métodos de Enseñanza y Metodología: Enseñanza Directiva; Investigación Guiada; Investigación Grupal; Simulación. Aprendizaje basado en Proyectos (Prueba práctica de bailes populares del mundo)

Espacios: Gimnasio; Cancha y/o Aire Libre.

Agrupamientos: Grupos Heterogéneos; Gran Grupo

Recursos: Altavoz, reproductor de música (móvil), objetos que traigan los alumnos/as.

Estrategia de trabajo para el tratamiento transversal de la Educación en Valores:

Estrategias para desarrollar la Educación en Valores: Durante el desarrollo de esta unidad y de todas sus situaciones de aprendizaje el profesor anotará en su cuaderno, tablet o similar, aspectos de Esfuerzo personal, Participación Activa, Trabajo Cooperativo y Respeto a las normas. Asimismo hacemos constar que esta unidad está especialmente vinculada al trabajo de Inteligencias Múltiples, especialmente las de Inteligencia Inter e Intrapersonal; Cinestésica-corporal; Espacial y Musical.

Programas y Proyectos implicados en la unidad de programación:

Implementación:

Período de implementación: Abril-Mayo 2021

Áreas, materias, ámbitos implicados: Educación Física

Valoración de ajuste:

Desarrollo: El profesor al principio de la unidad dirá todos los aspectos a evaluar en la misma; al finalizar hablará personalmente con cada uno de sus alumnos/as donde le indicará su nota final y cómo se ha obtenido, a la vez de los aspectos que debe mejorar. Se intentará buscar un compromiso de implicación en la mejora de esos aspectos en el alumno/a, principalmente en aquellos con

evaluación negativa o inferior a sus expectativas.

Propuestas de mejora: Asimismo el profesor realizará una evaluación de la enseñanza, de su práctica docente, donde quede de manifiesto el grado de cumplimiento y de conveniencia de la unidad, de sus situaciones de aprendizaje, de sus actividades, de sus contenidos y de si se han alcanzado los objetivos propuestos. Además añadirá alguna propuesta de mejora si así lo cree necesario, añadiendo nuevas situaciones de aprendizaje o nuevas actividades que espera mejoren el proceso.

SITUACIONES DE APRENDIZAJE

TEMPORALIZACIÓN

Primer trimestre: Del 21/09 al 22/12/20.

Número de sesiones aproximadas: 23

S.A. Nº1: Capacidades físicas básicas y condición física. 8 sesiones. Del 21/09 al 19/10/20.

S.A. Nº2: Capacidades Físicas a prueba. (Pruebas de aptitud física para diferentes profesiones y organismos). 6 sesiones. Del 26/10 al 16/11/20.

S.A. Nº3: Planificando los entrenamientos. 6 sesiones. Del 23/11 al 21/12/20.

Segundo trimestre: Del 11/01/21 al 17/03/21.

Número de sesiones aproximadas: 18

S.A. Nº4: Acondicionamiento físico en actividades dirigidas. 12 sesiones. Del 11/01 al 22/02/21.

S.A. Nº5: Nutrición, actividad física y salud. 6 sesiones. Del 01/03 al 15/03/21.

Tercer trimestre: Del 5/04 al 17/06/21.

Número de sesiones aproximadas: 22

S.A. N°6: El deporte de alto nivel no es sinónimo de salud. (Lesiones deportivas, rehabilitación, dopaje y sobre entrenamiento). 7 sesiones. Del 22/03 al 10/05/21.

S.A. N°7: Actividades físico-deportivas en la tercera edad. 7 sesiones. Del 26/04 al 17/05/21.

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE N°1							
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA				JUSTIFICACIÓN	
	Criterios de Evaluación Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	PROGRAMAS
Capacidades físicas básicas y condición física	<ul style="list-style-type: none"> • 1 • 4 <hr/> <ul style="list-style-type: none"> • CL • AA • CSC • CEC <hr/> Prueba escrita, práctica de clase, realización de tareas para casa, observación directa.	Enseñanza directiva, asignación de tareas	Individual, parejas y pequeño grupo.	Pabellón y canchas municipales cercanas al centro	Material deportivo, apuntes (web del centro)	Educación para la salud	Red de Escuelas Promotoras de la Salud
Periodo implementación	Del 21/09 al 19/10/20.						
Tipo:	Áreas o materias relacionadas:						
Valoración de ajuste	Desarrollo:						
	Mejora:						

<p align="center">CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LOS CONTENIDOS</p> <p>1. Planificar, elaborar y poner en práctica programas de actividad física que incidan en la mejora y el mantenimiento de su propia salud teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, evaluando las mejoras obtenidas, las posibilidades de interacción social, y el entorno en que se realiza.</p> <p>4. Utilizar con autonomía e intencionalidad creativa herramientas tecnológicas de la información y comunicación y recursos disponibles en la Red o aplicaciones móviles desde dispositivos digitales solicitadas en proyectos y productos de prácticas motrices atléticas (relacionadas con la condición física y la salud), de prácticas lúdico-recreativas y deportivas y de prácticas artístico-expresivas.</p>		COMPETENCIAS: OL, AA, OSC, CER	BLOQUE DE APRENDIZAJE I: CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD
<p>Relación con los estándares de aprendizaje</p> <ul style="list-style-type: none"> - Para el Crit. 1, EA del 12 al 24 - Para el Crit. 4, EA del 29 al 32 	<p>Contenidos</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Análisis de los beneficios de la práctica de una actividad física regular y valoración de su incidencia en la salud. 2. Aceptación de la responsabilidad en el mantenimiento y mejora de la condición física. 3. Realización de pruebas de valoración de la condición física saludable. 4. Ejecución de sistemas y métodos para el desarrollo de la condición física. 5. Planificación del trabajo de las capacidades físicas relacionadas con la salud. 6. Elaboración y puesta en práctica, de manera autónoma, de un programa personal de actividad física y salud, atendiendo a la frecuencia, intensidad, tiempo y tipo de actividad. 7. Hábitos y prácticas sociales y sus efectos en la actividad física y la salud. 8. Análisis de la influencia de los hábitos sociales en Canarias (alimentación, estilo de vida, tabaquismo, etc.). 9. Aplicación de diferentes métodos y técnicas de relajación. 10. Uso y valoración de las tecnologías de la información y la comunicación por su contribución para el desarrollo práctico, la mejora y ampliación de los contenidos de la materia. 11. Uso de las tecnologías de la información y comunicación para la recopilación de información diversa y desarrollo de los contenidos de la materia. <p>Análisis y valoración de la información.</p>		

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE N°2							
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA				JUSTIFICACIÓN	
	Criterios de Evaluación Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	PROGRAMAS
Capacidades Físicas a prueba. (Pruebas de aptitud física para diferentes profesiones y organismos).	<ul style="list-style-type: none"> • 1 • 2 • 4 <ul style="list-style-type: none"> • CL • AA • CSC • CEC Prueba escrita, práctica de clase, realización de tareas para casa, observación directa.	Enseñanza directiva, asignación de tareas	Individual, parejas y pequeño grupo.	Pabellón y canchas municipales cercanas al centro	Material deportivo, apuntes (web del centro)	Educación para la salud	Red de Escuelas Promotoras de la Salud
Periodo implementación	26/10 al 16/11/20.						
Tipo:	Áreas o materias relacionadas:						
Valoración de ajuste	Desarrollo:						
	Mejora:						

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LOS CONTENIDOS		CRIT.	COMPETENCIAS: CL, AA, OSC.	BLOQUE DE APRENDIZAJE I: CONOCIMIENTOS MOTRICES Y ESTRUCTURALES
<p>1. Planificar, elaborar y poner en práctica programas de actividad física que incidan en la mejora y el mantenimiento de su propia salud teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, evaluando las mejoras obtenidas, las posibilidades de interacción social, y el entorno en que se realiza.</p> <p>2. Resolver problemas motores en diferentes contextos de práctica, utilizando de manera adecuada las habilidades motrices específicas y los conceptos estratégicos y estructurales propios de cada situación motriz.</p> <p>4. Utilizar con autonomía e intencionalidad creativa herramientas tecnológicas de la información y comunicación y recursos disponibles en la Red o aplicaciones móviles desde dispositivos digitales solicitadas en proyectos y productos de prácticas motrices atléticas (relacionadas con la condición física y la salud), de prácticas lúdico-recreativas y deportivas y de prácticas artístico-expresivas.</p>				
<p>Relación con los estándares de aprendizaje</p> <ul style="list-style-type: none"> - Para el Crit. 1, EA del 12 al 24 - Para el Crit. 4, EA del 29 al 32 - Para el Crit. 2, EA del 1 al 3 del 8 al 11 y el 32 	<p>Contenidos</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Análisis de los beneficios de la práctica de una actividad física regular y valoración de su incidencia en la salud. 2. Aceptación de la responsabilidad en el mantenimiento y mejora de la condición física. 3. Realización de pruebas de valoración de la condición física saludable. 4. Ejecución de sistemas y métodos para el desarrollo de la condición física. 5. Planificación del trabajo de las capacidades físicas relacionadas con la salud. 6. Elaboración y puesta en práctica, de manera autónoma, de un programa personal de actividad física y salud, atendiendo a la frecuencia, intensidad, tiempo y tipo de actividad. 7. Perfeccionamiento de las habilidades motrices específicas y principios estratégicos y estructurales de alguna de las actividades físicas psicomotrices y sociomotrices practicadas en la etapa anterior. 8. Resolución de tareas motrices adecuando las habilidades motrices específicas a los principios estructurales de las situaciones psicomotrices y sociomotrices (reglamento, espacio, tiempo, gestualidad, comunicación y estrategias). 9. Valoración de los aspectos de relación, trabajo en equipo y juego limpio en las actividades físicas y deportes. 10. Responsabilidad individual para la consecución de objetivos motores comunes u opuestos. 11. Valoración de la práctica de los juegos y deportes tradicionales de Canarias en el tiempo libre. Realización de actividades físicas, utilizando la música como apoyo rítmico. 			

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE N°3

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA				JUSTIFICACIÓN	
	Criterios de Evaluación Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	PROGRAMAS
Planificando los entrenamientos.	<ul style="list-style-type: none"> • 1 • 4 • CL • AA • CSC • CEC Prueba escrita, práctica de clase, realización de tareas para casa, observación directa.	Enseñanza directiva, asignación de tareas	Individual, parejas y pequeño grupo.	Pabellón y canchas municipales cercanas al centro	Material deportivo, apuntes (web del centro)	Educación para la salud	Red de Escuelas Promotoras de la Salud
Periodo implementación	Del 23/11 al 21/12/20.						
Tipo:	Áreas o materias relacionadas:						
Valoración de ajuste	Desarrollo:						
	Mejora:						

<p>CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LOS CONTENIDOS</p> <p>1. Planificar, elaborar y poner en práctica programas de actividad física que incidan en la mejora y el mantenimiento de su propia salud teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, evaluando las mejoras obtenidas, las posibilidades de interacción social, y el entorno en que se realiza.</p> <p>2. Resolver problemas motores en diferentes contextos de práctica, utilizando de manera adecuada las habilidades motrices específicas y los conceptos estratégicos y estructurales propios de cada situación motriz.</p> <p>3. Organizar actividades físicas utilizando los recursos disponibles en el centro, en sus inmediaciones o en el medio natural, (en este caso de bajo impacto ambiental)</p> <p>4. Utilizar con autonomía e intencionalidad creativa herramientas tecnológicas de la información y comunicación y recursos disponibles en la Red o aplicaciones móviles desde dispositivos digitales solicitadas en proyectos y productos de prácticas motrices atléticas (relacionadas con la condición física y la salud), de prácticas lúdico-recreativas y deportivas y de prácticas artístico-expresivas.</p>	COMPETENCIAS: CI, AA, CSC, CEC	BLOQUE DE APRENDIZAJE I: CONDICIÓN FÍSICA, MOTRIZ Y SOCIAL
<p><u>Relación con los estándares de aprendizaje</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Para el Crit. 1, EA del 12 al 24 - Para el Crit. 4, EA del 29 al 32 	<p>Contenidos</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Análisis de los beneficios de la práctica de una actividad física regular y valoración de su incidencia en la salud. 2. Aceptación de la responsabilidad en el mantenimiento y mejora de la condición física. 3. Realización de pruebas de valoración de la condición física saludable. 4. Ejecución de sistemas y métodos para el desarrollo de la condición física. 5. Planificación del trabajo de las capacidades físicas relacionadas con la salud. 6. Elaboración y puesta en práctica, de manera autónoma, de un programa personal de actividad física y salud, atendiendo a la frecuencia, intensidad, tiempo y tipo de actividad. 7. Hábitos y prácticas sociales y sus efectos en la actividad física y la salud. 8. Análisis de la influencia de los hábitos sociales en Canarias (alimentación, estilo de vida, tabaquismo, etc.). 9. Aplicación de diferentes métodos y técnicas de relajación. 10. Uso y valoración de las tecnologías de la información y la comunicación por su contribución para el desarrollo práctico, la mejora y ampliación de los contenidos de la materia. 11. Uso de las tecnologías de la información y comunicación para la recopilación de información diversa y desarrollo de los contenidos de la materia. 	

	Análisis y valoración de la información.		
--	--	--	--

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE N°4							
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA				JUSTIFICACIÓN	
	Criterios de Evaluación Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	PROGRAMAS
Acondicionamiento físico en actividades dirigidas.	<ul style="list-style-type: none"> • 1 • 2 • 3 • 4 <ul style="list-style-type: none"> • CL • AA • CSC • CEC Prueba escrita, práctica de clase, realización de tareas para casa, observación directa.	Enseñanza directiva, asignación de tareas	Individual, parejas y pequeño grupo.	Pabellón y canchas municipales cercanas al centro	Material deportivo, apuntes (web del centro)	Educación para la salud	Red de Escuelas Promotoras de la Salud
Periodo implementación	Del 11/01 al 22/02/21.						
Tipo:	Áreas o materias relacionadas:						
Valoración de ajuste	Desarrollo:						
	Mejora:						

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LOS CONTENIDOS		COMPETENCIAS: OL, AA, CSC, CEC	BLOQUE DE APRENDIZAJE I: CONDICIÓN FÍSICA, MOTRICES Y SOCIOMOTRICES
<p>1. Planificar, elaborar y poner en práctica programas de actividad física que incidan en la mejora y el mantenimiento de su propia salud teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, evaluando las mejoras obtenidas, las posibilidades de interacción social, y el entorno en que se realiza.</p> <p>2. Resolver problemas motores en diferentes contextos de práctica, utilizando de manera adecuada las habilidades motrices específicas y los conceptos estratégicos y estructurales propios de cada situación motriz.</p> <p>3. Organizar actividades físicas utilizando los recursos disponibles en el centro, en sus inmediaciones o en el medio natural, (en este caso de bajo impacto ambiental)</p> <p>4. Utilizar con autonomía e intencionalidad creativa herramientas tecnológicas de la información y comunicación y recursos disponibles en la Red o aplicaciones móviles desde dispositivos digitales solicitadas en proyectos y productos de prácticas motrices atléticas (relacionadas con la condición física y la salud), de prácticas lúdico-recreativas y deportivas y de prácticas artístico-expresivas.</p>			
<p><u>Relación con los estándares de aprendizaje</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Para el Crit. 1, EA del 12 al 24 - Para el Crit. 2, EA del 1 al 3 y del 8 al 11 y el 32 - Para el Crit. 3, EA del 4 al 7 y del 25 al 28 y el 32 - Para el Crit. 4, EA del 29 al 32 	<p>Contenidos</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Análisis de los beneficios de la práctica de una actividad física regular y valoración de su incidencia en la salud. 2. Aceptación de la responsabilidad en el mantenimiento y mejora de la condición física. 3. Realización de pruebas de valoración de la condición física saludable. 4. Ejecución de sistemas y métodos para el desarrollo de la condición física. 5. Planificación del trabajo de las capacidades físicas relacionadas con la salud. 6. Elaboración y puesta en práctica, de manera autónoma, de un programa personal de actividad física y salud, atendiendo a la frecuencia, intensidad, tiempo y tipo de actividad. 7. Perfeccionamiento de las habilidades motrices específicas y principios estratégicos y estructurales de alguna de las actividades físicas psicomotrices y sociomotrices practicadas en la etapa anterior. 8. Resolución de tareas motrices adecuando las habilidades motrices específicas a los principios estructurales de las situaciones psicomotrices y sociomotrices (reglamento, espacio, tiempo, gestualidad, comunicación y estrategias). 9. Valoración de los aspectos de relación, trabajo en equipo y juego limpio en las actividades físicas y deportes. 10. Responsabilidad individual para la consecución de objetivos motores comunes u opuestos. 11. Valoración de la práctica de los juegos y deportes tradicionales de Canarias en el tiempo libre. Realización de actividades físicas, utilizando la música como apoyo rítmico. 12. Organización y participación en torneos recreativos de los diferentes deportes practicados. 		

	13. Valoración de los aspectos de relación, trabajo en equipo y juego limpio en 14. las actividades físicas y deportes. 15. Organización y realización de actividades en el medio natural. 16. Elaboración y representación de una composición corporal individual o colectiva. 17. Los bailes de Canarias y su expresión cultural y social. 18. Valoración del carácter comunicativo de las actividades motrices expresivas.		
--	--	--	--

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE N°5							
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA				JUSTIFICACIÓN	
	Criterios de Evaluación Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	PROGRAMAS
Nutrición, actividad física y salud.	<ul style="list-style-type: none"> • 1 • 4 <hr/> <ul style="list-style-type: none"> • CL • AA • CSC • CEC <hr/> Prueba escrita, práctica de clase, realización de tareas para casa, observación directa.	Enseñanza directiva, asignación de tareas	Individual, parejas y pequeño grupo.	Pabellón y canchas municipales cercanas al centro	Material deportivo, apuntes (web del centro)	Educación para la salud	Red de Escuelas Promotoras de la Salud
Periodo implementación	Del 01/03 al 15/03/21.						
Tipo:	Áreas o materias relacionadas:						
Valoración de ajuste	Desarrollo:						
	Mejora:						

<p>CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LOS CONTENIDOS</p> <p>1. Planificar, elaborar y poner en práctica programas de actividad física que incidan en la mejora y el mantenimiento de su propia salud teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, evaluando las mejoras obtenidas, las posibilidades de interacción social, y el entorno en que se realiza.</p> <p>2. Resolver problemas motores en diferentes contextos de práctica, utilizando de manera adecuada las habilidades motrices específicas y los conceptos estratégicos y estructurales propios de cada situación motriz.</p> <p>3. Organizar actividades físicas utilizando los recursos disponibles en el centro, en sus inmediaciones o en el medio natural, (en este caso de bajo impacto ambiental)</p> <p>4. Utilizar con autonomía e intencionalidad creativa herramientas tecnológicas de la información y comunicación y recursos disponibles en la Red o aplicaciones móviles desde dispositivos digitales solicitadas en proyectos y productos de prácticas motrices atléticas (relacionadas con la condición física y la salud), de prácticas lúdico-recreativas y deportivas y de prácticas artístico-expresivas.</p>	<p>BLOQUE DE APRENDIZAJE I: COMPETENCIAS: CI, AA, CSC, CEC</p>	
<p><u>Relación con los estándares de aprendizaje</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Para el Crit. 1, EA del 12 al 24 - Para el Crit. 4, EA del 29 al 32 	<p>Contenidos</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Análisis de los beneficios de la práctica de una actividad física regular y valoración de su incidencia en la salud. 2. Aceptación de la responsabilidad en el mantenimiento y mejora de la condición física. 3. Realización de pruebas de valoración de la condición física saludable. 4. Ejecución de sistemas y métodos para el desarrollo de la condición física. 5. Planificación del trabajo de las capacidades físicas relacionadas con la salud. 6. Elaboración y puesta en práctica, de manera autónoma, de un programa personal de actividad física y salud, atendiendo a la frecuencia, intensidad, tiempo y tipo de actividad. 7. Hábitos y prácticas sociales y sus efectos en la actividad física y la salud. 8. Análisis de la influencia de los hábitos sociales en Canarias (alimentación, estilo de vida, tabaquismo, etc.). 9. Aplicación de diferentes métodos y técnicas de relajación. 10. Uso y valoración de las tecnologías de la información y la comunicación por su contribución para el desarrollo práctico, la mejora y ampliación de los contenidos de la materia. 11. Uso de las tecnologías de la información y comunicación para la recopilación de información diversa y desarrollo de los contenidos de la materia. 	

	Análisis y valoración de la información.		
--	--	--	--

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE N°6							
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA				JUSTIFICACIÓN	
	Criterios de Evaluación Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	PROGRAMAS
El deporte de alto nivel no es sinónimo de salud. (Lesiones deportivas, rehabilitación, dopaje y sobre entrenamiento).	<ul style="list-style-type: none"> • 1 • 4 • CL • AA • CSC • CEC Prueba escrita, práctica de clase, realización de tareas para casa, observación directa.	Enseñanza directiva, asignación de tareas	Individual, parejas y pequeño grupo.	Pabellón y canchas municipales cercanas al centro	Material deportivo, apuntes (web del centro)	Educación para la salud	Red de Escuelas Promotoras de la Salud
Periodo implementación	Del 22/03 al 10/05/21.						
Tipo:	Áreas o materias relacionadas:						
Valoración de ajuste	Desarrollo:						
	Mejora:						

<p>CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LOS CONTENIDOS</p> <p>1. Planificar, elaborar y poner en práctica programas de actividad física que incidan en la mejora y el mantenimiento de su propia salud teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, evaluando las mejoras obtenidas, las posibilidades de interacción social, y el entorno en que se realiza.</p> <p>2. Resolver problemas motores en diferentes contextos de práctica, utilizando de manera adecuada las habilidades motrices específicas y los conceptos estratégicos y estructurales propios de cada situación motriz.</p> <p>3. Organizar actividades físicas utilizando los recursos disponibles en el centro, en sus inmediaciones o en el medio natural, (en este caso de bajo impacto ambiental)</p> <p>4. Utilizar con autonomía e intencionalidad creativa herramientas tecnológicas de la información y comunicación y recursos disponibles en la Red o aplicaciones móviles desde dispositivos digitales solicitadas en proyectos y productos de prácticas motrices atléticas (relacionadas con la condición física y la salud), de prácticas lúdico-recreativas y deportivas y de prácticas artístico-expresivas.</p>	<p>BLOQUE DE APRENDIZAJE I: CONDICIÓN FÍSICA, MOTRIZ Y SOCIAL Y COMPETENCIAS: OL, AA, OSC, CEC</p>	
<p><u>Relación con los estándares de aprendizaje</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Para el Crit. 1, EA del 12 al 24 - Para el Crit. 4, EA del 29 al 32 	<p>Contenidos</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Análisis de los beneficios de la práctica de una actividad física regular y valoración de su incidencia en la salud. 2. Aceptación de la responsabilidad en el mantenimiento y mejora de la condición física. 3. Realización de pruebas de valoración de la condición física saludable. 4. Ejecución de sistemas y métodos para el desarrollo de la condición física. 5. Planificación del trabajo de las capacidades físicas relacionadas con la salud. 6. Elaboración y puesta en práctica, de manera autónoma, de un programa personal de actividad física y salud, atendiendo a la frecuencia, intensidad, tiempo y tipo de actividad. 7. Hábitos y prácticas sociales y sus efectos en la actividad física y la salud. 8. Análisis de la influencia de los hábitos sociales en Canarias (alimentación, estilo de vida, tabaquismo, etc.). 9. Aplicación de diferentes métodos y técnicas de relajación. 10. Uso y valoración de las tecnologías de la información y la comunicación por su contribución para el desarrollo práctico, la mejora y ampliación de los contenidos de la materia. 11. Uso de las tecnologías de la información y comunicación para la recopilación de información diversa y desarrollo de los contenidos de la materia. <p>Análisis y valoración de la información.</p>	

--	--	--	--

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE N°7							
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA				JUSTIFICACIÓN	
	Criterios de Evaluación Criterios de Calificación Competencias Instrumentos de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	PROGRAMAS
Actividades físico-deportivas en la tercera edad.	<ul style="list-style-type: none"> • 1 • 4 	Enseñanza directiva, asignación de tareas	Individual, parejas y pequeño grupo.	Pabellón y canchas municipales cercanas al centro	Material deportivo, apuntes (web del centro)	Educación para la salud	Red de Escuelas Promotoras de la Salud
	<ul style="list-style-type: none"> • CL • AA • CSC • CEC 						
	Prueba escrita, práctica de clase, realización de tareas para casa, observación directa.						
Periodo implementación	Del 26/04 al 17/05/21						
Tipo:	Áreas o materias relacionadas:						
Valoración de ajuste	Desarrollo:						
	Mejora:						

<p>CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SU RELACIÓN CON LOS CONTENIDOS</p> <p>1. Planificar, elaborar y poner en práctica programas de actividad física que incidan en la mejora y el mantenimiento de su propia salud teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, evaluando las mejoras obtenidas, las posibilidades de interacción social, y el entorno en que se realiza.</p> <p>2. Resolver problemas motores en diferentes contextos de práctica, utilizando de manera adecuada las habilidades motrices específicas y los conceptos estratégicos y estructurales propios de cada situación motriz.</p> <p>3. Organizar actividades físicas utilizando los recursos disponibles en el centro, en sus inmediaciones o en el medio natural, (en este caso de bajo impacto ambiental)</p> <p>4. Utilizar con autonomía e intencionalidad creativa herramientas tecnológicas de la información y comunicación y recursos disponibles en la Red o aplicaciones móviles desde dispositivos digitales solicitadas en proyectos y productos de prácticas motrices atléticas (relacionadas con la condición física y la salud), de prácticas lúdico-recreativas y deportivas y de prácticas artístico-expresivas.</p>		<p>COMPETENCIAS: CI, AA, CSC, CEC</p>	<p>BLOQUE DE APRENDIZAJE I: CONDICIÓN FÍSICA, MOTRIZ Y SOCIAL Y</p>
<p><u>Relación con los estándares de aprendizaje</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Para el Crit. 1, EA del 12 al 24 - Para el Crit. 4, EA del 29 al 32 	<p>Contenidos</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Análisis de los beneficios de la práctica de una actividad física regular y valoración de su incidencia en la salud. 2. Aceptación de la responsabilidad en el mantenimiento y mejora de la condición física. 3. Realización de pruebas de valoración de la condición física saludable. 4. Ejecución de sistemas y métodos para el desarrollo de la condición física. 5. Planificación del trabajo de las capacidades físicas relacionadas con la salud. 6. Elaboración y puesta en práctica, de manera autónoma, de un programa personal de actividad física y salud, atendiendo a la frecuencia, intensidad, tiempo y tipo de actividad. 7. Hábitos y prácticas sociales y sus efectos en la actividad física y la salud. 8. Análisis de la influencia de los hábitos sociales en Canarias (alimentación, estilo de vida, tabaquismo, etc.). 9. Aplicación de diferentes métodos y técnicas de relajación. 10. Uso y valoración de las tecnologías de la información y la comunicación por su contribución para el desarrollo práctico, la mejora y ampliación de los contenidos de la materia. 11. Uso de las tecnologías de la información y comunicación para la recopilación de información diversa y desarrollo de los contenidos de la materia. 		

	Análisis y valoración de la información.		
--	--	--	--

1º FPB – CIENCIAS APLICADAS I

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE CIENCIAS APLICADAS I

Centro educativo: IES JOSEFINA DE LA TORRE

Estudio (nivel educativo): 1º FPB.

Docentes responsables: Carlos Pérez Reyes.

Punto de partida (diagnóstico inicial de las necesidades de aprendizaje)

Este grupo consta de 15 alumnos/as, tres de ellos/as repetidores (dos alumnos y un alumna). El hábito de trabajo en este grupo es muy bajo y los ritmos de aprendizaje son muy variados. A esto se le une la poca motivación que tienen para continuar los estudios. Con respecto a las características relacionadas con la atención a la diversidad, cabe señalar que en el grupo existe un alumno Asperger, dos alumnos diagnosticados con Trastorno con déficit de atención con hiperactividad (TDAH).

Justificación de la programación didáctica (orientaciones metodológicas, atención a la diversidad, estrategias para el refuerzo y planes de recuperación, etc.)

La existencia de esta asignatura está totalmente justificada porque las ciencias en la formación profesional básica les proporciona al alumnado herramientas para conseguir un razonamiento abstracto y deductivo.

El alumnado trabajará en el aula de forma individual o en pequeños grupos, la mayoría de las veces formados espontáneamente. El alumnado se agrupa según consideraciones del profesorado. Dentro de estos grupos la forma de trabajo es la colaborativa, intercambiando saberes y resultados.

El trabajo para casa será el de búsqueda de información, elaboración de esquemas o realización de ejercicios que refuercen lo tratado en el aula o de años anteriores con distintas fichas de repaso.

Como material de apoyo se usarán apuntes elaborados por el departamento de matemáticas, y otros materiales que se consideren oportunos distribuir al alumnado.

Introducción

Este módulo contribuye a alcanzar las competencias para el aprendizaje permanente y contiene la formación para que el alumnado sea consciente tanto de su propia persona como del medio que le rodea y de la importancia de la cultura científica.

Asimismo, este módulo contribuye a la adquisición de las competencias clave en la medida en que integra conocimientos de carácter conceptual, con destrezas, actitudes y valores. De esta manera, el alumnado que accede a esta enseñanza continúa construyendo, de forma progresiva y coherente, los aprendizajes competenciales iniciados en la etapa, colaborando en la adquisición de un mayor nivel de desempeño en el uso de las mismas, con el fin de dotar a los alumnos y a las alumnas de una formación integral que sean capaces de transferir a nuevas situaciones, tanto en su futura vida académica como profesional y personal, favoreciéndose con ello un aprendizaje a lo largo de toda la vida.

Es imprescindible el diseño de situaciones de aprendizaje atractivas y estimulantes para el alumnado, que conecte los nuevos aprendizajes con las experiencias previas, relacionadas estrechamente con su contexto personal y social, y con su perfil profesional; que integren actividades educativas con garantía de éxito y que contribuyan a reforzar su autoestima e identificar su propio papel en la sociedad en la que vive.

Contribución a las competencias

El módulo de Ciencias Aplicadas I contribuye principalmente a la adquisición de la Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología (CMCT), pero

también a la adquisición de la competencia en Comunicación lingüística (CL), de las Competencias sociales y cívicas (CSC), de la Competencia digital (CD), de la de Aprender a aprender (AA), de la competencia de Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (SIEE) y de la Competencia de conciencia y expresiones culturales (CEC). Esta contribución se señala en cada uno de los resultados de aprendizaje del currículo.

Las líneas de actuación en los procesos de enseñanza aprendizaje que permiten alcanzar las competencias del módulo versarán sobre:

1. El planteamiento de pequeñas investigaciones o problemas, de carácter social o personal para afrontar como una actividad científica.
2. La utilización de los números y sus operaciones para resolver problemas integrados en procesos cotidianos.
3. El reconocimiento de las formas de la materia para valorar con actitud crítica sus usos o sus procedimientos de obtención.
4. El reconocimiento y uso de material de laboratorio básico en el contexto escolar para el aprendizaje de la actividad científica.
5. La identificación y localización de las estructuras anatómicas, la relación con su fisiología y su contribución científica a la mejora de la calidad de vida.
6. La realización de exposiciones y debates de comunicación oral valorando los distintos canales de comunicación, la forma de estimulación y atención así como la manifestación de respeto hacia las propuestas de los oyentes.
7. La importancia de la alimentación para una vida saludable desde una actitud crítica ante las modas y la presión social.
8. La resolución de problemas, tanto en el ámbito científico como cotidiano, para contrastar y decidir posibles procedimientos a la hora de abordarlos, así como valorar las posibles soluciones.

Para este Título de Formación Profesional Básica, el módulo de Ciencias Aplicadas I facilitará especialmente las herramientas necesarias para que, en el ejercicio de su profesión, afronte con éxito la resolución de problemas, actuando en condiciones de seguridad y de protección ambiental, con responsabilidad e iniciativa personal.

Contribución a los objetivos de la etapa

La formación del módulo contribuye a alcanzar los objetivos k), l), m), n) y ñ) del ciclo formativo y las competencias j), k), l) y m) del título. Además se relaciona con los objetivos t), u), v), w), x), y) y z); y las competencias q), r), s), t), u), v) y w) que se incluirán en este módulo profesional de forma coordinada con el resto de módulos profesionales.

- j) Comprender los fenómenos que acontecen en el entorno natural mediante el conocimiento científico como un saber integrado, así como conocer y aplicar los métodos para identificar y resolver problemas básicos en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.
- k) Desarrollar habilidades para formular, plantear, interpretar y resolver problemas aplicar el razonamiento de cálculo matemático para desenvolverse en la sociedad, en el entorno laboral y gestionar sus recursos económicos.
- l) Identificar y comprender los aspectos básicos de funcionamiento del cuerpo humano y ponerlos en relación con la salud individual y colectiva y valorar la higiene y la salud para permitir el desarrollo y afianzamiento de hábitos saludables de vida en función del entorno en el que se encuentra.
- m) Desarrollar hábitos y valores acordes con la conservación y sostenibilidad del patrimonio natural, comprendiendo la interacción entre los seres vivos y el medio natural para valorar las consecuencias que se derivan de la acción humana sobre el equilibrio medioambiental.
- n) Desarrollar las destrezas básicas de las fuentes de información utilizando con sentido crítico las tecnologías de la información y de la comunicación para obtener y comunicar información en el entorno personal, social o profesional.

ñ) Desarrollar y afianzar habilidades y destrezas lingüísticas y alcanzar el nivel de precisión, claridad y fluidez requeridas, utilizando los conocimientos sobre la lengua castellana y, en su caso, la lengua cooficial para comunicarse en su entorno social, en su vida cotidiana y en la actividad laboral.

Además, se relaciona con los objetivos s), t), u), v), w), x) e y); que se incluirán en este módulo profesional de forma coordinada con el resto de módulos profesionales

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN:01									
SECUENCIA Y TEMPORALIZACIÓN	UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA				JUSTIFICACIÓN		
		Resultado de aprendizaje Competencias Básicas Instrumentos de evaluación Criterios de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	PROGRAMAS	
	RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS Y OPERATORIA	1	Enseñanza directa Expositiva Participativa Investigación grupal Organizadores previos Expositiva Participativa	Grupos heterogéneos Trabajo individual Gran grupo	Aula Aula de informática Biblioteca Casa	Recursos web Multimedia Gráficos Fichas Pizarra digital	Prácticas Uso de Vocabulario específico Buen uso de las TIC	TIC	
		CMCT, CD, AA							
		Trabajos de investigación individuales y colectivos Esquemas Resúmenes Pruebas objetivas Producciones en cuaderno Intervenciones orales Realización y explicación de ejercicios en la pizarra							
		1 - 10, resultado aprendizaje 1.							
	Periodo implementación		SEPTIEMBRE-ENERO						
	Tipo:		Áreas o materias relacionadas:						
	Valoración de ajuste	Desarrollo:							
		Mejora:							

Contenidos:

Resolución de problemas mediante operaciones básicas:

1. Reconocimiento, diferenciación e interpretación de los distintos tipos de números (naturales, enteros, fracciones, decimales y reales) en situaciones de la vida cotidiana y su representación en la recta real.
2. Utilización de la operatoria básica de los distintos tipos de números (incluyendo la jerarquía de operaciones y el uso de paréntesis) en problemas de la vida cotidiana, siendo la economía doméstica el principal referente.
3. Cálculos con potencias de exponente natural y entero, y aplicación de las propiedades.
4. Cálculos con porcentajes (mental, manual y calculadora) en contextos económicos. Aumentos y disminuciones porcentuales.

- Identificación de relaciones de proporcionalidad (directa e inversa) entre dos magnitudes y utilización de diferentes estrategias para resolver problemas.
- Utilización de las TIC para la búsqueda de información, elaboración de informes y documentos sobre los procesos llevados a cabo y los resultados y conclusiones obtenidas.

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN:02								
SECUCENCIA Y TEMPORALIZACIÓN	UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA				JUSTIFICACIÓN	
		Resultado de aprendizaje Competencias Básicas Instrumentos de evaluación Criterios de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	Programas
SECUCENCIA Y TEMPORALIZACIÓN	ESTRUCTURAS ANATÓMICAS BÁSICAS	6	Enseñanza directa Expositiva Participativa Investigación grupal Organizadores previos Inductivo básico Expositiva Participativa	Grupos heterogéneos Trabajo individual Gran grupo	Aula Aula de informática Biblioteca Casa	Recursos web Multimedia Gráficos Fichas Pizarra digital	Prácticas Uso de Vocabulari o específico Buen uso de las TIC	Plan lector TIC
		CMCT, AA, CSC						
		Trabajos de investigación individuales y colectivos Esquemas Resúmenes Pruebas objetivas Producciones en cuaderno Intervenciones orales Realización y explicación de ejercicios en la pizarra						
		1 - 7, resultado aprendizaje 6.						
Periodo implementación		SEPTIEMBRE-OCTUBRE						
Tipo:		Áreas o materias relacionadas:						
Valoración de ajuste	Desarrollo:							
	Mejora:							

Contenidos:

Procesos de los seres vivos, y en particular del ser humano:

- Diferenciación de los niveles en los que se estructura la materia viva (células, tejidos, órganos, aparatos y sistemas).
- Identificación de los aparatos implicados en la función de nutrición (digestivo, respiratorio, circulatorio y excretor) e integración entre ellos.
- Identificación de los sistemas encargados de la función de relación (sistema nervioso y endocrino) e integración entre ambos. Elaboración mediante informes acerca de los problemas para la salud asociados al uso de sustancias adictivas.

4. Identificación de los aparatos reproductores masculinos y femeninos. Diferenciación entre reproducción y sexualidad. Análisis de los diferentes métodos anticonceptivos y su adecuación según las circunstancias personales.
5. Participación en debates sobre sexualidad, reproducción asistida, interrupción del embarazo, uso de sustancias adictivas...
6. Utilización de programas informáticos, actividades interactivas, búsqueda, organización, selección y exposición de la información mediante el uso de las TIC.

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN:03									
SECUENCIA Y TEMPORALIZACIÓN	UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA				JUSTIFICACIÓN		
		Resultado de aprendizaje Competencias Básicas Instrumentos de evaluación Criterios de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	Programas	
	RECONOCIMIENTO DE LA ENERGÍA EN LOS PROCESOS NATURALES	5	Enseñanza directa Expositiva Participativa Investigación grupal Organizadores previos Expositiva Participativa	Grupos heterogéneos Trabajo individual Gran grupo	Aula Aula de informática Biblioteca Casa	Recursos web Multimedia Gráficos Fichas Pizarra digital	Prácticas Uso de Vocabulario específico Buen uso de las TIC	Plan lector TIC	
		CMCT, CD, CSC, CL							
		Trabajos de investigación individuales y colectivos Esquemas Resúmenes Pruebas objetivas Producciones en cuaderno Intervenciones orales Realización y explicación de ejercicios en la pizarra							
		1 - 7, resultado aprendizaje 5.							
	Periodo implementación		NOVIEMBRE-DICIEMBRE						
	Tipo:		Áreas o materias relacionadas:						
	Valoración de ajuste	Desarrollo:							
		Mejora:							

Contenidos:

Reconocimiento de la energía en los procesos naturales.

1. Reconocimiento de la energía como propiedad de los sistemas materiales.
2. Identificación de la energía en fenómenos naturales cotidianos, incluyendo los procesos vitales.
3. Características y propiedades de la energía.

4. Clasificación de los diferentes tipos de energía.
5. Transformación y conservación de la energía.
6. Diferenciación entre energía, calor y temperatura, y sus unidades de medida. 7. Valoración de las fuentes de energías renovables y no renovables. 8. Valoración de la importancia de un futuro sostenible para Canarias basado en el ahorro, la eficiencia energética y el aumento progresivo de las energías renovables. Procesos de los seres vivos, y en particular del ser humano:

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN:04									
SECUENCIA Y TEMPORALIZACIÓN	UNIDAD DE PROGRAMACIÓN		FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA			JUSTIFICACIÓN		
			Resultado de aprendizaje Competencias Básicas Instrumentos de evaluación Criterios de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	Programas
	DIFERENCIACIÓN ENTRE SALUD Y ENFERMEDAD	7		Enseñanza directa Expositiva Participativa Investigación grupal Organizadores previos Inductiva básica Expositiva Participativa	Grupos heterogéneos Trabajo individual Gran grupo	Aula Aula de informática Biblioteca Casa	Recursos web Multimedia Gráficos Fichas Pizarra digital	Prácticas Uso de Vocabulario o específico Buen uso de las TIC	Plan lector TIC
		CMCT, CEC, CD, CL							
		Trabajos de investigación individuales y colectivos Esquemas Resúmenes Pruebas objetivas Producciones en cuaderno Intervenciones orales Realización y explicación de ejercicios en la pizarra							
		1 - 9, resultado aprendizaje 7.							
	Periodo implementación		ENERO-MARZO						
	Tipo:		Áreas o materias relacionadas:						
	Valoración de ajuste	Desarrollo:							
		Mejora:							

Contenidos:

Diferenciación entre salud y enfermedad:

1. Reconocimiento de que la salud es algo más que la ausencia de enfermedad.
2. Identificación de los mecanismos que intervienen en el funcionamiento del sistema inmunitario y de las relaciones entre ellos.

3. Categorización de las enfermedades infecciosas y no infecciosas más comunes y de sus causas, prevención y tratamientos.
4. Establecimiento de la relación entre las enfermedades infecciosas más frecuentes y sus vías de contagio.
5. Comparación entre la manera de actuación de los métodos de prevención (vacunas) y tratamiento (antibióticos...) de las enfermedades infecciosas más frecuentes.
6. Valoración del papel de las campañas de vacunación en la prevención de enfermedades contagiosas.
7. Realización de pequeñas investigaciones, utilizando las TIC, acerca de la importancia de los trasplantes y la donación de órganos.
8. Reconocimiento de las situaciones de riesgo para la salud en el ámbito profesional, personal y social, y de la relación con el mantenimiento de hábitos saludables.

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN:05								
SECUENCIA Y TEMPORALIZACIÓN	UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA				JUSTIFICACIÓN	
		Resultado de aprendizaje Competencias Básicas Instrumentos de evaluación Criterios de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	Programas
	NUTRICIÓN Y DIETA EQUILIBRADA	8	Enseñanza directa Expositiva Participativa Investigación grupal Organizadores previos Inductiva básica Expositiva Participativa	Grupos heterogéneos Trabajo individual Gran grupo	Aula Aula de informática Biblioteca Casa	Recursos web Multimedia Gráficos Fichas Pizarra digital	Prácticas Uso de Vocabulario específico Buen uso de las TIC	Plan lector TIC
		CMCT, CEC, CD, AA						
		Trabajos de investigación individuales y colectivos Esquemas Resúmenes Pruebas objetivas Producciones en cuaderno Intervenciones orales Realización y explicación de ejercicios en la pizarra						
		1 - 7, resultado aprendizaje 8.						
	Periodo implementación		MARZO-ABRIL					
	Tipo:		Áreas o materias relacionadas:					
	Valoración de ajuste	Desarrollo:						
		Mejora:						

Contenidos:

Elaboración de menús y dietas:

1. Diferenciación entre alimentación y nutrición. Distinción entre alimento y nutriente.

2. Establecimiento de la relación entre la correcta alimentación y la práctica de ejercicio físico frecuente con una vida saludable.
3. Utilización de los cálculos sobre balances calóricos, gasto energético diario, IMC y otros, para obtener conclusiones acerca de la elaboración de dietas equilibradas adecuadas a diferentes parámetros corporales, situaciones y edades (niñez, adolescencia, embarazo, vida sedentaria...).
4. Elaboración de menús equilibrados para situaciones concretas, utilizando datos obtenidos mediante el uso de las TIC acerca de las propiedades nutricionales de los alimentos.

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN:06									
SECUENCIA Y TEMPORALIZACIÓN	UNIDAD DE PROGRAMACIÓN		FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA			JUSTIFICACIÓN		
			Resultado de aprendizaje Competencias Básicas Instrumentos de evaluación Criterios de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	Programas
	IDENTIFICACIÓN PROPIEDADES FUNDAMENTALES DE LA MATERIA		3	Enseñanza directa Expositiva Participativa Investigación grupal Organizadores previos Inductiva básica Expositiva Participativa	Grupos heterogéneos Trabajo individual Gran grupo	Aula Aula de informática Biblioteca Casa	Recursos web Multimedia Gráficos Fichas Pizarra digital	Prácticas Uso de Vocabulari o específico Buen uso de las TIC	TIC
			CMCT, SIEE, AA, CL						
			Trabajos de investigación individuales y colectivos Esquemas Resúmenes Pruebas objetivas Producciones en cuaderno Intervenciones orales Realización y explicación de ejercicios en la pizarra						
			1 - 10, resultado aprendizaje 3.						
	Periodo implementación		ABRIL-MAYO						
	Tipo:		Áreas o materias relacionadas:						
	Valoración de ajuste	Desarrollo:							
Mejora:									

Contenidos:

Reconocimiento de las propiedades generales y específicas de la materia.

1. Medición de longitudes, masas, volúmenes y densidades de objetos y sustancias cotidianas, usando como unidades el metro, el gramo, el litro y el g/l, así como sus equivalencias en el sistema internacional.

2. Clasificación de la materia según su estado de agregación y sus propiedades características.
3. Reconocimiento de los cambios de estado de la materia, análisis y elaboración de gráficas de calentamiento y enfriamiento.
4. Medición de la temperatura como propiedad característica de los sistemas materiales.
5. Temperaturas de fusión y ebullición de sustancias utilizadas en nuestras vidas.
6. Diferenciación entre la temperatura y el calor.
7. Utilización de la naturaleza corpuscular y la teoría cinética de la materia para explicar los estados de agregación y los cambios de estado que suceden a nuestro alrededor en situaciones cotidianas.

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN:07								
SE CU EN CI A Y T E M P O R A L I Z A C I Ó N	UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA				JUSTIFICACIÓN	
		Resultado de aprendizaje Competencias Básicas Instrumentos de evaluación Criterios de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	Programas
	ÁLGEBRA	9 CMCT, AA Trabajos de investigación individuales y colectivos Esquemas Resúmenes Pruebas objetivas Producciones en cuaderno Intervenciones orales Realización y explicación de ejercicios en la pizarra 1 - 4, resultado aprendizaje 9.	Enseñanza directa Expositiva Participativa Investigación grupal Organizadores previos Inductiva básica Expositiva Participativa	Grupos heterogéneos Trabajo individual Gran grupo	Aula Aula de informática Biblioteca Casa	Recursos web Multimedia Gráficos Fichas Pizarra digital	Prácticas Uso de Vocabulario específico Buen uso de las TIC	TIC
	Periodo implementación	ENERO-JUNIO						
	Tipo:	Áreas o materias relacionadas:						
	Valoración de ajuste	Desarrollo:						
		Mejora:						

Contenidos:

Resolución de ecuaciones sencillas:

1. Traducción de situaciones del lenguaje verbal al algebraico.
2. Transformación de expresiones algebraicas.
3. Desarrollo y factorización de expresiones algebraicas.
4. Planteamiento y resolución de ecuaciones de primer grado con una incógnita.
5. Resolución de problemas sencillos utilizando el método gráfico y las TIC.
6. Explicación del proceso seguido en la resolución de un problema, argumentando la coherencia y validez del resultado y contrastándolo con la situación de partida.
7. Identificación y análisis de las progresiones aritméticas y geométricas. Cálculo del término general.

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN:08								
SECUENCIA Y TEMPORALIZACIÓN	UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA				JUSTIFICACIÓN	
	UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	Resultado de aprendizaje Competencias Básicas Instrumentos de evaluación Criterios de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	Programas
SECUENCIA Y TEMPORALIZACIÓN	SEPARACIÓN DE MEZCLAS Y SUSTANCIAS	4	Enseñanza directa Expositiva Participativa Investigación grupal Organizadores previos Inductiva básica Expositiva Participativa	Grupos heterogéneos Trabajo individual Gran grupo	Aula de informática Biblioteca Casa	Recursos web Multimedia Gráficos Fichas Pizarra digital	Prácticas de Uso de Vocabulario o específico Buen uso de las TIC	Plan lector TIC
		CMCT, CD, CEC, SIEE, CL						
		Trabajos de investigación individuales y colectivos Esquemas Resúmenes Pruebas objetivas Producciones en cuaderno Intervenciones orales Realización y explicación de ejercicios en la pizarra						
		1 - 7, resultado aprendizaje 4.						
	Periodo implementación	MAYO-JUNIO						
	Tipo:	Áreas o materias relacionadas:						
	Valoración de ajuste	Desarrollo:						
		Mejora:						

Contenidos:

Separación de mezclas y sustancias:

1. Diferenciación entre sustancias puras y mezclas.
2. Diferenciación de sistemas materiales en homogéneos y heterogéneos.
3. Utilización de técnicas básicas de separación de mezclas.
4. Diferenciación entre elementos, sustancias simples y compuestas.
5. Clasificación de los elementos químicos: la tabla periódica.
6. Clasificación, utilización y propiedades de los materiales más utilizados en nuestro entorno.
7. Expresiones cuantitativas de la composición de las sustancias y de las disoluciones en unidades de concentración.

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN:09								
SECUENCIA Y TEMPORALIZACIÓN	UNIDAD DE PROGRAMACIÓN	FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR	FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA				JUSTIFICACIÓN	
		Resultado de aprendizaje Competencias Básicas Instrumentos de evaluación Criterios de evaluación	Modelos de enseñanza y metodologías	Agrupamientos	Espacios	Recursos	Estrategias para desarrollar la educación en valores	Programas
LABORATORIO	2	Trabajos de investigación individuales y colectivos Esquemas Resúmenes Pruebas objetivas Producciones en cuaderno Intervenciones orales Realización y explicación de ejercicios en la pizarra	Enseñanza directa Expositiva Participativa Investigación grupal Organizadores previos Inductiva básica Expositiva Participativa	Grupos heterogéneos Trabajo individual Gran grupo	Aula Aula de informática Biblioteca Casa	Recursos web Multimedia Gráficos Fichas Pizarra digital	Prácticas Uso de Vocabulario o específico Buen uso de las TIC	Plan lector TIC
	CMCT, SIEE, AA, CL							
	1 - 3, resultado aprendizaje 2.							
Periodo implementación		MAYO-JUNIO						
Tipo:		Áreas o materias relacionadas:						
Valoración de ajuste	Desarrollo:							
	Mejora:							

Contenidos:

Reconocimiento de las características básicas del trabajo científico:

1. Identificación y análisis de interrogantes y problemas sencillos relacionados con la vida cotidiana y discusión de su interés.
2. Elaboración de hipótesis y diseño, y realización de experiencias para su comprobación.
3. Reconocimiento y utilización de material de laboratorio y de los procedimientos experimentales básicos.
4. Selección y utilización de las normas de seguridad de trabajo en el laboratorio.
5. Análisis de datos y elaboración de conclusiones.
6. Realización de informes y comunicación de resultados individual y colectivamente, utilizando medios audiovisuales e informáticos.