

# **PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA**

## **3º de ESO**

**CURSO 2022/2023**

## ÍNDICE

<b>1. INTRODUCCIÓN.</b>	<b>Pag.</b>	<b>3</b>
<b>2. MARCO NORMATIVO GENERAL.</b>	<b>Pag.</b>	<b>4</b>
<b>3. CONTEXTO.</b>	<b>Pag.</b>	<b>4</b>
3.1. Realidad geográfica, socio-económica y cultural.		4
3.2. Perfil del alumnado.		4
3.3. Líneas de actuación.		4
<b>4. OBJETIVOS.</b>	<b>Pag.</b>	<b>5</b>
<b>5. COMPETENCIAS CLAVE Y PERFIL DE SALIDA</b>	<b>Pag.</b>	<b>6</b>
5.1. Competencias clave.		6
5.2. Contribución de la EF a la adquisición de las competencias		6
5.3. El perfil de salida del alumnado al término de la enseñanza básica.		7
5.4. Descriptores operativos de las competencias clave en la enseñanza básica.		8
<b>6. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS.</b>	<b>Pag.</b>	<b>14</b>
<b>7. CRITERIOS DE EVALUACIÓN.</b>	<b>Pag.</b>	<b>17</b>
<b>8. SABERES BÁSICOS</b>	<b>Pag.</b>	<b>19</b>
8.1. Secuenciación y temporalización		20
8.2. Unidades formativas		21
<b>9. METODOLOGÍA Y RECURSOS DIDÁCTICOS</b>	<b>Pag.</b>	<b>24</b>
9.1. Metodología		24
9.2. Recursos didácticos		26
<b>10. EVALUACIÓN.</b>	<b>Pag.</b>	<b>27</b>
10.1. Evaluación del proceso de Enseñanza-Aprendizaje		27
10.2. Indicadores de logro del proceso de enseñanza y de la práctica docente		28
10.3. Criterios de evaluación: secuenciación y temporalización		30
10.4. Criterios de calificación		32
10.5. Criterios de recuperación		34
10.6. Evaluación de alumnos exentos de la parte práctica		33
<b>11. OTROS ASPECTOS DE LA PROGRAMACIÓN.</b>		<b>34</b>
11.1. Atención a la diversidad.		34
11.2. Actividades complementarias y extraescolares.		34
11.3. Medidas para estimular el interés y el hábito de lectura y de la capacidad de expresarse correctamente.		35
11.4. Proyectos educativos		36

## 1. INTRODUCCIÓN.

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

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

Las competencias específicas de la materia de Educación Física recogen y sintetizan estos retos para consolidar un estilo de vida activo y saludable que permita al alumnado perpetuarlo a lo largo de su vida a través de la planificación autónoma y la autorregulación de su práctica física y de todos los componentes que afecten a la salud. La motricidad se desarrollará en el seno de prácticas motrices con diferentes lógicas internas, con objetivos variados y en contextos de certidumbre e incertidumbre. La resolución de situaciones motrices en diferentes espacios permitirá al alumnado afrontar la práctica motriz con distintas finalidades: lúdica, agonística, funcional, social, expresiva y comunicativa, creativa, catártica o de interacción con el medio urbano y natural. Para abordar con posibilidades de éxito las numerosas situaciones motrices a las que se verá expuesto el alumnado a lo largo de su vida, será preciso desarrollar de manera integral capacidades de carácter cognitivo y motor, pero también afectivo-motivacional, de relaciones interpersonales y de inserción social. De este modo, el alumnado tendrá que aprender a gestionar sus emociones y sus habilidades sociales en contextos variados de práctica motriz. El alumnado también deberá reconocer y valorar diferentes manifestaciones de la cultura motriz, como parte relevante del patrimonio cultural, expresivo y artístico, que pueden convertirse en objeto de disfrute y aprendizaje. Este conocimiento en profundidad deberá dirigirse a comprender, entre otros, el lugar que ocupa el deporte en la sociedad actual, así como sus implicaciones en el ámbito económico, político, social y de la salud como máxima representación de la cultura motriz en la actualidad. Finalmente, se continuará insistiendo en la necesidad de convivir de manera respetuosa con el medio ambiente y con los seres vivos que habitan en él, desarrollando para ello actividades físico-deportivas en contextos variados y participando en su organización desde planteamientos basados en la conservación y la sostenibilidad.

Por su parte, el proyecto del decreto de la Consejería de Educación de la región de Murcia, hace referencia, en su Artículo 17, la Promoción de la actividad física y la alimentación saludable en el que establece lo siguiente.

1. La Consejería con competencias en materia de educación y los centros educativos adoptarán medidas para que la actividad física y la alimentación saludable formen parte del comportamiento juvenil. Con el objetivo de fomentar y consolidar hábitos de vida saludables, promoverán la práctica diaria de actividad física y deporte por parte del alumnado, en los términos y condiciones que, siguiendo las recomendaciones de los organismos competentes, garanticen un desarrollo adecuado para favorecer una vida sana y autónoma, para promover hábitos saludables de alimentación y la movilidad activa, reduciendo el sedentarismo.

2. Los centros impulsarán el desarrollo de actividades docentes en espacios abiertos y entornos naturales. El diseño, coordinación y supervisión de las medidas que a estos efectos se adopten serán asumidos por el profesorado con cualificación o especialización adecuada en estos ámbitos.

## 2. MARCO NORMATIVO GENERAL

- Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.
- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (en adelante LOE), modificada por la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la Mejora de la Calidad Educativa (en adelante LOMCE).
- Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria.
- Proyecto de Decreto XX/2022, de X de X, por el que se establece el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia.
- Real Decreto 984/2021, de 16 de noviembre, por el que se regulan la evaluación y la promoción en la Educación Primaria, así como la evaluación, la promoción y la titulación en la Educación Secundaria Obligatoria, el Bachillerato y la Formación Profesional

## 3. CONTEXTO.

### 3.1. REALIDAD GEOGRÁFICA, SOCIO - ECONÓMICA Y CULTURAL.

Las características del entorno escolar y características generales del alumnado corresponden a un centro escolar situado en la periferia de Murcia (Patiño). Respecto a su orografía, se localizan numerosas estribaciones montañosas como la zona del Valle y Cresta del Gallo, entre otras. Su clima es mediterráneo con aridez estival. Las temperaturas oscilan entre los 4º y los 40º, con estaciones intermedias suaves.

En cuanto a nivel socio-cultural y económico, destaca en su mayoría el nivel medio, cuya principal fuente de ingresos proviene del sector servicios, construcción y agricultura, aunque también existe un cierto porcentaje con nivel bajo, fundamentalmente proveniente del sector inmigrante.

### 3.2. PERFIL DEL ALUMNADO.

En lo referente al alumnado al que va dirigida esta programación, en general todos ellos poseen un nivel medio en experiencia motriz y deportiva y un ambiente de trabajo bueno, aunque se debe insistir en el trabajo de la Condición Física (CF) y la adquisición de hábitos saludables. El alumnado presenta las características y motivaciones propias de la edad, acaba de pasar la pubertad y está ante un nuevo mundo de posibilidades psicológicas, fisiológicas y de desarrollo motor (En la adolescencia).

### 3.3. LÍNEAS DE ACTUACIÓN.

En virtud a las características analizadas y contexto, el Departamento de EF y por ende esta programación, establece una línea de actuación prioritaria **LA PROMOCIÓN DE LA SALUD**, definida por la OMS como el estado de bienestar físico, psicológico y social y no la simple ausencia de enfermedad, siendo el aspecto físico el pilar central o aspecto más destacado de nuestra programación, por la idiosincrasia de nuestra materia.

El cometido principal de esta línea es sensibilizar a nuestros alumnos ante la problemática actual del sedentarismo y del bajo nivel de CF de nuestros adolescentes, fomentando el ejercicio fuera del horario escolar. Se pretende concienciar de la necesidad de adquirir hábitos de vida saludables (práctica de actividad física, alimentación, hidratación, descanso, higiene postural, etc.) y obtener un nivel óptimo de CF para prevenir futuras enfermedades, con el objeto de tener una mejor calidad de vida presente y futura. Se insistirá en que nuestros alumnos adopten una actitud crítica ante el consumo de sustancias nocivas para la salud, incidiendo en el tabaco, alcohol y drogas, sustancias presentes en las vidas de los adolescentes en la sociedad actual. En este sentido, como estrategia didáctica, se pretende aumentar el tiempo de compromiso motor de los alumnos, planteando sesiones muy dinámicas y de

intensidad moderada-alta, se fomentará la participación en actividades extraescolares para complementar las dos sesiones de EF a la semana, se hará un tratamiento especial a la higiene postural, el transporte de la mochila, entre otras.

Por otro lado, los aspectos psicológico y social, también estarán presentes en todo momento tratando contenidos como la deportividad, cooperación, trabajo en equipo, relajación, sueño/insomnio etc.,

## 4. OBJETIVOS.

### 4.1. OBJETIVOS.

En el artículo 2.a del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, se define a los Objetivos como los logros que se espera que el alumnado haya alcanzado al finalizar la etapa y cuya consecución está vinculada a la adquisición de las competencias clave.

Asimismo y conforme a lo dispuesto en el artículo 7, la Educación Secundaria Obligatoria contribuirá a desarrollar en los alumnos y las alumnas las capacidades que les permitan:

- a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a las demás personas, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.
- b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.
- c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres.
- d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con las demás personas, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.
- e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Desarrollar las competencias tecnológicas básicas y avanzar en una reflexión ética sobre su funcionamiento y utilización.
- f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.
- g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.
- h) Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana y, si la hubiere, en la lengua cooficial de la comunidad autónoma, textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.
- i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.
- j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de las demás personas, así como el patrimonio artístico y cultural.
- k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales

relacionados con la salud, el consumo, el cuidado, la empatía y el respeto hacia los seres vivos, especialmente los animales, y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.

- l) Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación.

## 5. COMPETENCIAS CLAVE Y PERFIL DE SALIDA

### 5.1. COMPETENCIAS CLAVE.

En el artículo 2.b se define a las Competencias clave como los desempeños que se consideran imprescindibles para que el alumnado pueda progresar con garantías de éxito en su itinerario formativo, y afrontar los principales retos y desafíos globales y locales. Las competencias clave aparecen recogidas en el Perfil de salida del alumnado al término de la enseñanza básica y son la adaptación al sistema educativo español de las competencias clave establecidas en la Recomendación del Consejo de la Unión Europea de 22 de mayo de 2018 relativa a las competencias clave para el aprendizaje permanente.

Las Competencias clave y Perfil de salida del alumnado al término de la enseñanza básica están definidas en el Artículo 11 del RD 217/2022 del 29 de marzo. A efectos del mismo, las competencias clave son las siguientes:

- a) Competencia en comunicación lingüística.
- b) Competencia plurilingüe.
- c) Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.
- d) Competencia digital.
- e) Competencia personal, social y de aprender a aprender.
- f) Competencia ciudadana.
- g) Competencia emprendedora.
- h) Competencia en conciencia y expresión culturales.

### 5.2. CONTRIBUCIÓN DE LA EDUCACIÓN FÍSICA A LA ADQUISICIÓN DE LAS COMPETENCIAS.

La Educación Física **contribuye** a la adquisición de las competencias clave de la siguiente forma:

- a. **Competencia lingüística** a través de la realización de trabajos escritos y de la utilización del lenguaje propio de las actividades físico-deportivas.
- b. **Competencia plurilingüe:** a través de la investigación del vocabulario deportivo heredado de otras lenguas especialmente del inglés y el francés.
- c. Contribuirá a la adquisición de la **competencia matemática y competencia en ciencia y tecnología**, en todo lo relacionado con el ámbito de los sistemas biológicos de las competencias básicas en ciencia y tecnología, concretamente en el tratamiento de contenidos relativos a la condición física orientada a la salud tales como la adecuada alimentación, higiene postural y adquisición de hábitos saludables.
- d. En cuanto a la **Competencia digital**, la asignatura de Educación Física contribuye impulsando a la utilización de las plataformas, aplicaciones y medios digitales vinculados a la actividad física y deportiva por parte del alumnado.

- e. De igual forma **desarrolla las Competencias personal, social y Competencia ciudadana** en la adquisición de contenidos referidos a actitudes, valores y normas tales como igualdad, no discriminación, tolerancia, trabajo en equipo y aceptación de las diferencias, entre otros.
- f. También ayuda en los aspectos que tienen que ver con
- g. **la competencia de aprender a aprender y la competencia emprendedora**, que se concretan en estrategias para un aprendizaje cada vez más eficaz y autónomo, en estrategias de planificación de actividades físicas, en las que se reflejan los objetivos que se persiguen, así como el plan de acción que se tiene previsto aplicar para alcanzarlos; estrategias de supervisión desde las que el alumno va examinando la adecuación de las acciones que está desarrollando y la aproximación a los objetivos.
- h. **Conciencia y expresiones culturales:** se desarrollará a través del conocimiento y práctica de los juegos tradicionales y populares de la Región de Murcia. También se fomentará a partir de la investigación de las obras literarias, pictóricas, musicales y escultóricas vinculadas al deporte.

### 5.3. EL PERFIL DE SALIDA DEL ALUMNADO AL TÉRMINO DE LA ENSEÑANZA BÁSICA

El Perfil de salida del alumnado al término de la enseñanza básica es la herramienta en la que se concretan los principios y los fines del sistema educativo español referidos a dicho periodo. El Perfil identifica y define, en conexión con los retos del siglo XXI, las competencias clave que se espera que los alumnos y alumnas hayan desarrollado al completar esta fase de su itinerario formativo.

El referente de partida para definir las competencias recogidas en el Perfil de salida ha sido la Recomendación del Consejo de la Unión Europea, de 22 de mayo de 2018, relativa a las competencias clave para el aprendizaje permanente. El anclaje del Perfil de salida a la Recomendación del Consejo refuerza el compromiso del sistema educativo español con el objetivo de adoptar unas referencias comunes que fortalezcan la cohesión entre los sistemas educativos de la Unión Europea y faciliten que sus ciudadanos y ciudadanas, si así lo consideran, puedan estudiar y trabajar a lo largo de su vida tanto en su propio país como en otros países de su entorno.

En el Perfil, las competencias clave de la Recomendación europea se han vinculado con los principales retos y desafíos globales del siglo XXI a los que el alumnado va a verse confrontado y ante los que necesitará desplegar esas mismas competencias clave. Del mismo modo, se han incorporado también los retos recogidos en el documento *Key Drivers of Curricula Change in the 21st Century* de la Oficina Internacional de Educación de la UNESCO, así como los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Agenda 2030 adoptada por la Asamblea General de las Naciones Unidas en septiembre de 2015.

La vinculación entre competencias clave y retos del siglo XXI es la que dará sentido a los aprendizajes, al acercar la escuela a situaciones, cuestiones y problemas reales de la vida cotidiana, lo que, a su vez, proporcionará el necesario punto de apoyo para favorecer situaciones de aprendizaje significativas y relevantes, tanto para el alumnado como para el personal docente. Se quiere garantizar que todo alumno o alumna que supere con éxito la enseñanza básica y, por tanto, alcance el Perfil de salida sepa activar los aprendizajes adquiridos para responder a los principales desafíos a los que deberá hacer frente a lo largo de su vida:

- Desarrollar una actitud responsable a partir de la toma de conciencia de la degradación del medioambiente y del maltrato animal basada en el conocimiento de las causas que los provocan, agravan o mejoran, desde una visión sistémica, tanto local como global.
- Identificar los diferentes aspectos relacionados con el consumo responsable, valorando sus repercusiones sobre el bien individual y el común, juzgando críticamente las necesidades y los excesos y ejerciendo un control social frente a la vulneración de sus derechos.

- Desarrollar estilos de vida saludable a partir de la comprensión del funcionamiento del organismo y la reflexión crítica sobre los factores internos y externos que inciden en ella, asumiendo la responsabilidad personal y social en el cuidado propio y en el cuidado de las demás personas, así como en la promoción de la salud pública.
- Desarrollar un espíritu crítico, empático y proactivo para detectar situaciones de inequidad y exclusión a partir de la comprensión de las causas complejas que las originan.
- Entender los conflictos como elementos connaturales a la vida en sociedad que deben resolverse de manera pacífica.
- Analizar de manera crítica y aprovechar las oportunidades de todo tipo que ofrece la sociedad actual, en particular las de la cultura en la era digital, evaluando sus beneficios y riesgos y haciendo un uso ético y responsable que contribuya a la mejora de la calidad de vida personal y colectiva.
- Aceptar la incertidumbre como una oportunidad para articular respuestas más creativas, aprendiendo a manejar la ansiedad que puede llevar aparejada.
- Cooperar y convivir en sociedades abiertas y cambiantes, valorando la diversidad personal y cultural como fuente de riqueza e interesándose por otras lenguas y culturas.
- Sentirse parte de un proyecto colectivo, tanto en el ámbito local como en el global, desarrollando empatía y generosidad.
- Desarrollar las habilidades que le permitan seguir aprendiendo a lo largo de la vida, desde la confianza en el conocimiento como motor del desarrollo y la valoración crítica de los riesgos y beneficios de este último.

La respuesta a estos y otros desafíos –entre los que existe una absoluta interdependencia– necesita de los conocimientos, destrezas y actitudes que subyacen a las competencias clave y son abordados en las distintas áreas, ámbitos y materias que componen el currículo. Estos contenidos disciplinares son imprescindibles, porque sin ellos el alumnado no entendería lo que ocurre a su alrededor y, por tanto, no podría valorar críticamente la situación ni, mucho menos, responder adecuadamente. Lo esencial de la integración de los retos en el Perfil de salida radica en que añaden una exigencia de actuación, la cual conecta con el enfoque competencial del currículo: la meta no es la mera adquisición de contenidos, sino aprender a utilizarlos para solucionar necesidades presentes en la realidad.

Estos desafíos implican adoptar una posición ética exigente, ya que suponen articular la búsqueda legítima del bienestar personal respetando el bien común. Requieren, además, trascender la mirada local para analizar y comprometerse también con los problemas globales. Todo ello exige, por una parte, una mente compleja, capaz de pensar en términos sistémicos, abiertos y con un alto nivel de incertidumbre, y, por otra, la capacidad de empatizar con aspectos relevantes, aunque no nos afecten de manera directa, lo que implica asumir los valores de justicia social, equidad y democracia, así como desarrollar un espíritu crítico y proactivo hacia las situaciones de injusticia, inequidad y exclusión.

#### **5.4. Descriptores operativos de las competencias clave en la enseñanza básica**

En cuanto a la dimensión aplicada de las competencias clave, se ha definido para cada una de ellas un conjunto de descriptores operativos, partiendo de los diferentes marcos europeos de referencia existentes.

Los descriptores operativos de las competencias clave constituyen, junto con los objetivos de la etapa, el marco referencial a partir del cual se concretan las competencias específicas de cada área, ámbito o materia. Esta vinculación entre descriptores operativos y competencias específicas propicia que de la evaluación de estas últimas pueda colegirse el grado de adquisición de las competencias clave



definidas en el Perfil de salida y, por tanto, la consecución de las competencias y objetivos previstos para la etapa.

Dado que las competencias se adquieren necesariamente de forma secuencial y progresiva, se incluyen también en el Perfil los descriptores operativos que orientan sobre el nivel de desempeño esperado al completar la Educación Primaria, favoreciendo y explicitando así la continuidad, la coherencia y la cohesión entre las dos etapas que componen la enseñanza obligatoria.

#### **5.4.1. Competencia en comunicación lingüística (CCL)**

La competencia en comunicación lingüística supone interactuar de forma oral, escrita, signada o multimodal de manera coherente y adecuada en diferentes ámbitos y contextos y con diferentes propósitos comunicativos. Implica movilizar, de manera consciente, el conjunto de conocimientos, destrezas y actitudes que permiten comprender, interpretar y valorar críticamente mensajes orales, escritos, signados o multimodales evitando los riesgos de manipulación y desinformación, así como comunicarse eficazmente con otras personas de manera cooperativa, creativa, ética y respetuosa.

La competencia en comunicación lingüística constituye la base para el pensamiento propio y para la construcción del conocimiento en todos los ámbitos del saber. Por ello, su desarrollo está vinculado a la reflexión explícita acerca del funcionamiento de la lengua en los géneros discursivos específicos de cada área de conocimiento, así como a los usos de la oralidad, la escritura o la signación para pensar y para aprender. Por último, hace posible apreciar la dimensión estética del lenguaje y disfrutar de la cultura literaria.

##### **5.4.1.1. Descriptores operativos**

<b>Al completar la enseñanza básica, el alumno o la alumna...</b>
CCL1. Se expresa de forma oral, escrita, signada o multimodal con coherencia, corrección y adecuación a los diferentes contextos sociales, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa tanto para intercambiar información, crear conocimiento y transmitir opiniones, como para construir vínculos personales.
CCL2. Comprende, interpreta y valora con actitud crítica textos orales, escritos, signados o multimodales de los ámbitos personal, social, educativo y profesional para participar en diferentes contextos de manera activa e informada y para construir conocimiento.
CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes, evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.
CCL4. Lee con autonomía obras diversas adecuadas a su edad, seleccionando las que mejor se ajustan a sus gustos e intereses; aprecia el patrimonio literario como cauce privilegiado de la experiencia individual y colectiva; y moviliza su propia experiencia biográfica y sus conocimientos literarios y culturales para construir y compartir su interpretación de las obras y para crear textos de intención literaria de progresiva complejidad.
CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.

#### **5.4.2. Competencia plurilingüe (CP)**

La competencia plurilingüe implica utilizar distintas lenguas, orales o signadas, de forma apropiada y eficaz para el aprendizaje y la comunicación. Esta competencia supone reconocer y respetar los perfiles lingüísticos individuales y aprovechar las experiencias propias para desarrollar estrategias que permitan mediar y hacer transferencias entre lenguas, incluidas las clásicas, y, en su caso, mantener y adquirir destrezas en la lengua o lenguas familiares y en las lenguas oficiales. Integra, asimismo, dimensiones históricas e interculturales orientadas a conocer, valorar y respetar la diversidad lingüística y cultural de la sociedad con el objetivo de fomentar la convivencia democrática.

#### 5.4.2.1. *Descriptoros operativos*

<b>Al completar la enseñanza básica, el alumno o la alumna...</b>
CP1. Usa eficazmente una o más lenguas, además de la lengua o lenguas familiares, para responder a sus necesidades comunicativas, de manera apropiada y adecuada tanto a su desarrollo e intereses como a diferentes situaciones y contextos de los ámbitos personal, social, educativo y profesional.
CP2. A partir de sus experiencias, realiza transferencias entre distintas lenguas como estrategia para comunicarse y ampliar su repertorio lingüístico individual.
CP3. Conoce, valora y respeta la diversidad lingüística y cultural presente en la sociedad, integrándola en su desarrollo personal como factor de diálogo, para fomentar la cohesión social.

#### 5.4.3. *Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (STEM)*

La competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (competencia STEM por sus siglas en inglés) entraña la comprensión del mundo utilizando los métodos científicos, el pensamiento y representación matemáticos, la tecnología y los métodos de la ingeniería para transformar el entorno de forma comprometida, responsable y sostenible.

La competencia matemática permite desarrollar y aplicar la perspectiva y el razonamiento matemáticos con el fin de resolver diversos problemas en diferentes contextos.

La competencia en ciencia conlleva la comprensión y explicación del entorno natural y social, utilizando un conjunto de conocimientos y metodologías, incluidas la observación y la experimentación, con el fin de plantear preguntas y extraer conclusiones basadas en pruebas para poder interpretar y transformar el mundo natural y el contexto social.

La competencia en tecnología e ingeniería comprende la aplicación de los conocimientos y metodologías propios de las ciencias para transformar nuestra sociedad de acuerdo con las necesidades o deseos de las personas en un marco de seguridad, responsabilidad y sostenibilidad.

#### 5.4.3.1. *Descriptoros operativos*

<b>Al completar la enseñanza básica, el alumno...</b>
STEM1. Utiliza métodos inductivos, y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones conocidas, selecciona y emplea diferentes estrategias para resolver problemas analizando críticamente las soluciones y reformulando el procedimiento, si fuera necesario.
STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación y la indagación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y limitaciones de la ciencia.

STEM3. Plantea y desarrolla proyectos diseñando, fabricando y evaluando diferentes prototipos o modelos para generar o utilizar productos que den solución a una necesidad o problema de forma creativa y en equipo, procurando la participación de todo el grupo, resolviendo pacíficamente los conflictos que puedan surgir, adaptándose ante la incertidumbre y valorando la importancia de la sostenibilidad.

STEM4. Interpreta y transmite los elementos más relevantes de procesos, razonamientos, demostraciones, métodos y resultados científicos, matemáticos y tecnológicos de forma clara y precisa, en diferentes formatos (gráficos, tablas, diagramas, fórmulas, esquemas, símbolos...), aprovechando de forma crítica la cultura digital incluyendo el lenguaje matemático-formal, con ética y responsabilidad para compartir y construir nuevos conocimientos.

STEM5. Emprende acciones fundamentadas científicamente para preservar la salud física, mental y social, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad, en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, valorando su impacto global y practicando el consumo responsable.

#### 5.4.4. Competencia digital (CD)

La competencia digital implica el uso seguro, saludable, sostenible, crítico y responsable, de las tecnologías digitales para el aprendizaje, para el trabajo y para la participación en la sociedad, así como la interacción con estas.

Incluye la alfabetización en información y datos, la comunicación y la colaboración, la educación mediática, la creación de contenidos digitales (incluida la programación), la seguridad (incluido el bienestar digital y las competencias relacionadas con la ciberseguridad), asuntos relacionados con la ciudadanía digital, la privacidad, la propiedad intelectual, la resolución de problemas y el pensamiento computacional y crítico.

##### 5.4.4.1. Descriptores operativos

#### **Al completar la enseñanza básica, el alumno...**

CD1. Realiza búsquedas en Internet atendiendo a criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionando los resultados de manera crítica y archivándolos para recuperarlos, referenciarlos y reutilizarlos, respetando la propiedad intelectual.

CD2. Gestiona y utiliza su propio entorno personal digital de aprendizaje para construir conocimiento y crear contenidos digitales, mediante estrategias de tratamiento de la información y el uso de diferentes herramientas digitales, seleccionando y configurando la más adecuada en función de la tarea y de sus necesidades de aprendizaje permanente.

CD3. Se comunica, participa, colabora e interactúa compartiendo contenidos, datos e información mediante herramientas o plataformas virtuales, y gestiona de manera responsable sus acciones, presencia y visibilidad en la red, para ejercer una ciudadanía digital activa, cívica y reflexiva.

CD4. Identifica riesgos y adopta medidas preventivas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente, y para tomar conciencia de la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.

CD5. Desarrolla aplicaciones informáticas sencillas y soluciones tecnológicas creativas y sostenibles para resolver problemas concretos o responder a retos propuestos, mostrando interés y curiosidad por la evolución de las tecnologías digitales y por su desarrollo sostenible y uso ético.

#### 5.4.5. Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA)

La competencia personal, social y de aprender a aprender implica la capacidad de reflexionar sobre uno mismo, para autoconocerse, aceptarse y promover un crecimiento personal constante; gestionar el tiempo y la información eficazmente; colaborar con otros de forma constructiva; mantener la resiliencia; y gestionar el aprendizaje a lo largo de la vida. Incluye la capacidad de hacer frente a la incertidumbre y a la complejidad; adaptarse a los cambios; aprender a gestionar los procesos metacognitivos; identificar conductas contrarias a la convivencia y desarrollar estrategias para abordarlas; contribuir al bienestar físico, mental y emocional propio y de las demás personas, desarrollando habilidades para cuidarse a sí mismo y a quienes lo rodean a través de la corresponsabilidad; ser capaz de llevar una vida orientada al futuro; así como expresar empatía y abordar conflictos en un contexto integrador y de apoyo.

##### 5.4.5.1. Descriptores operativos

<b>Al completar la enseñanza básica, el alumno...</b>
CPSAA1. Regula y expresa sus emociones fortaleciendo el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de propósito y motivación hacia el aprendizaje, para gestionar los retos y cambios y armonizarlos con sus propios objetivos.
CPSAA2. Comprende los riesgos para la salud relacionados con factores sociales, consolida estilos de vida saludable a nivel físico y mental, reconoce conductas contrarias a la convivencia y aplica estrategias para abordarlas.
CPSAA3. Comprende proactivamente las perspectivas y las experiencias de las demás personas y las incorpora a su aprendizaje para participar en el trabajo en grupo, distribuyendo y aceptando tareas y responsabilidades de manera equitativa y empleando estrategias cooperativas.
CPSAA4. Realiza autoevaluaciones sobre su proceso de aprendizaje, buscando fuentes fiables para validar, sustentar y contrastar la información y para obtener conclusiones relevantes.
CPSAA5. Planea objetivos a medio plazo y desarrolla procesos meta-cognitivos de retroalimentación para aprender de sus errores en el proceso de construcción del conocimiento

#### 5.4.6. Competencia ciudadana (CC)

La competencia ciudadana contribuye a que el alumno pueda ejercer una ciudadanía responsable y participar plenamente en la vida social y cívica, basándose en la comprensión de los conceptos y las estructuras sociales, económicas, jurídicas y políticas, así como en el conocimiento de los acontecimientos mundiales y el compromiso activo con la sostenibilidad y el logro de una ciudadanía mundial. Incluye la alfabetización cívica, la adopción consciente de los valores propios a una cultura democrática fundada en el respeto a los derechos humanos, la reflexión crítica acerca de los grandes problemas éticos de nuestro tiempo, y el desarrollo de un estilo de vida sostenible acorde con los Objetivos de Desarrollo Sostenible planteados en la Agenda 2030.

##### 5.4.6.1. Descriptores operativos

<b>Al completar la enseñanza básica, el alumno...</b>
CC1. Analiza y comprende ideas relativas a la dimensión social y ciudadana de su propia identidad, así como a los hechos culturales, históricos y normativos que la determinan, demostrando respeto por las normas, empatía, equidad y espíritu constructivo en la interacción con los demás en cualquier contexto.

CC2. Analiza y asume fundamentalmente los principios y valores que emanan del proceso de integración europeo, la Constitución española y los derechos humanos y de la infancia, participando en actividades comunitarias, como la toma de decisiones o la resolución de conflictos, con actitud democrática, respeto por la diversidad, y compromiso con la igualdad de género, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.

CC3. Comprende y analiza problemas éticos fundamentales y de actualidad, considerando críticamente los valores propios y ajenos, y desarrollando juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa, y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.

CC4. Comprende las relaciones sistémicas de interdependencia, ecodpendencia e interconexión entre actuaciones locales y globales, y adopta, de forma consciente y motivada, un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable.

#### 5.4.7. Competencia emprendedora (CE)

La competencia emprendedora implica desarrollar un enfoque vital dirigido a actuar sobre oportunidades e ideas, utilizando los conocimientos específicos necesarios para generar resultados de valor para otras personas. Aporta estrategias que permitan adaptar la mirada para detectar necesidades y oportunidades; entrenar el pensamiento para analizar y evaluar el entorno, y crear y replantear ideas utilizando la imaginación, la creatividad, el pensamiento estratégico y la reflexión ética, crítica y constructiva dentro de los procesos creativos y de innovación; y despertar la disposición a aprender, a arriesgar, a afrontar la incertidumbre. Asimismo, implica tomar decisiones basadas en la información y el conocimiento y colaborar de manera ágil con otras personas, con motivación, empatía y habilidades de comunicación y de negociación, para llevar las ideas planteadas a la acción mediante la planificación y gestión de proyectos sostenibles de valor social, cultural y económico-financiero.

##### 5.4.7.1. Descriptores operativos

#### **Al completar la enseñanza básica, el alumno...**

CE1. Analiza necesidades y oportunidades y afronta retos con sentido crítico, haciendo balance de su sostenibilidad, valorando el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar ideas y soluciones innovadoras, éticas y sostenibles, dirigidas a crear valor en el ámbito personal, social, educativo y profesional.

CE2. Evalúa las fortalezas y debilidades propias, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia y comprende los elementos fundamentales de la economía y las finanzas, aplicando conocimientos económicos y financieros a actividades y situaciones concretas, utilizando destrezas que favorezcan el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios que lleven a la acción una experiencia emprendedora que genere valor.

CE3. Desarrolla el proceso de creación de ideas y soluciones valiosas y toma decisiones, de manera razonada, utilizando estrategias ágiles de planificación y gestión, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para llevar a término el proceso de creación de prototipos innovadores y de valor, considerando la experiencia como una oportunidad para aprender

#### 5.4.8. Competencia en conciencia y expresión culturales (CCEC)

La competencia en conciencia y expresión culturales implica comprender y respetar el modo en que las ideas, las opiniones, los sentimientos y las emociones se expresan y se comunican de forma creativa en distintas culturas, y por medio de una amplia gama de manifestaciones artísticas y culturales. Implica también un compromiso con la comprensión, el desarrollo y la expresión de las

ideas propias y del sentido del lugar que se ocupa o del papel que se desempeña en la sociedad. Asimismo, requiere la comprensión de la propia identidad en evolución y del patrimonio cultural en un mundo caracterizado por la diversidad, así como la toma de conciencia de que el arte y otras manifestaciones culturales pueden suponer una manera de mirar el mundo y de darle forma.

#### 5.4.8.1. Descriptores operativos

<b>Al completar la enseñanza básica, el alumno...</b>
CCEC1. Conoce, aprecia críticamente y respeta el patrimonio cultural y artístico, implicándose en su conservación y valorando el enriquecimiento inherente a la diversidad cultural y artística.
CCEC2. Disfruta, reconoce y analiza con autonomía las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, distinguiendo los medios y soportes, así como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.
CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones por medio de producciones culturales y artísticas, integrando su propio cuerpo y desarrollando la autoestima, la creatividad y el sentido del lugar que ocupa en la sociedad, con una actitud empática, abierta y colaborativa.
CCEC4. Conoce, selecciona y utiliza con creatividad diversos medios y soportes, así como técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para la creación de productos artísticos y culturales, tanto de forma individual como colaborativa, identificando oportunidades de desarrollo personal, social y

## 6. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS.

1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.

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

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

llamadas enfermedades hipocinéticas ocasionadas, en gran medida, por el aumento del tiempo de exposición a las pantallas.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4.

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

Esta competencia implica tomar decisiones ajustadas a las circunstancias, definir metas, elaborar planes sencillos, secuenciar acciones, ejecutar lo planificado, analizar qué ocurre durante el proceso, cambiar de estrategia si fuera preciso y valorar finalmente el resultado. Sin embargo, es importante destacar que todo ello se debe producir en el seno de prácticas motrices con diferentes lógicas internas (individual, de cooperación, de oposición o de colaboración-oposición), con objetivos variados y en contextos de certidumbre e incertidumbre.

Estos aspectos deberán desarrollarse en contextos de práctica muy variados. Entre ellos podrían destacarse los proyectos y montajes relacionados con las combas, los malabares, las actividades acrobáticas o las circenses; los desafíos físicos cooperativos, la dramatización de cuentos motores y, por supuesto, los deportes. En relación con estos últimos, y a modo de ejemplo, es posible encontrar distintas manifestaciones según sus características, desde juegos deportivos de invasión (fútbol gaélico, *ultimate*, *lacrosse*, entre otros) con o sin oposición regulada, hasta juegos de red y muro (voleibol, frontenis, *pickleball*, paladós o semejantes), pasando por deportes de campo y bate (*rounders*, *softball*, etc.), de blanco y diana (*boccia*, tiro con arco o similares), de lucha (judo, esgrima u otras modalidades autóctonas de lucha, entre otros) o de carácter individual (*skate*, orientación, gimnasia deportiva o atletismo y sus modalidades, entre otros). Para garantizar una oferta variada, al término de la etapa el alumnado habrá participado en al menos una manifestación deportiva de cada categoría. Cumplido este requisito, será posible repetir alguna categoría, pero priorizando, en la medida de lo posible y según las circunstancias concretas de cada centro, las manifestaciones menos conocidas por el alumnado o aquellas que destaquen por su carácter mixto o inclusivo.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3.

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

Esta competencia específica se sitúa en el punto de convergencia entre lo personal, lo social y lo ético. Desde ella se ponen en juego las capacidades volitivas al servicio de metas personales o de equipo, especialmente en contextos que requieren de esfuerzo y perseverancia, activando la automotivación y la actitud positiva para afrontar retos, regulando la impulsividad, tolerando la frustración y perseverando ante las dificultades. En el plano personal, conlleva además la identificación de las emociones y los sentimientos que se viven en el seno de la práctica motriz, la expresión positiva de estos y su gestión adecuada en aras de amortiguar de forma constructiva los efectos de las emociones y sentimientos desagradables que generan, así como de promocionar las

emociones agradables. Asimismo, en relación con el propio cuerpo, supone el desarrollo de habilidades para la preservación y el cuidado de la integridad personal.

El plano colectivo implica poner en juego habilidades sociales para afrontar la interacción con las personas con las que se converge en la práctica motriz. Se trata de dialogar, debatir, contrastar ideas y ponerse de acuerdo para resolver situaciones; expresar propuestas, pensamientos y emociones; escuchar activamente, y actuar con asertividad. Como consecuencia de ello se abarcarán situaciones de arbitraje y mediación contextualizadas en las prácticas deportivas que se practiquen. También se pretende incidir a nivel de representación y visibilización de las desigualdades, de ahí que en esta etapa y a través de esta competencia se fomenten modelos que contribuyan a democratizar el uso de los espacios deportivos compartidos para ayudar a superar barreras vinculadas con estereotipos sociales y de género que aún persisten en algunas manifestaciones deportivas. Finalmente, pretende ayudar a identificar y generar una actitud crítica frente a los comportamientos incívicos que se dan en el deporte, desde la base hasta la alta competición. La evolución lógica de esta competencia respecto a la etapa anterior incide en el desarrollo de hábitos autónomos relacionados con estos aspectos, con la resolución dialógica de los conflictos y con la autorregulación de las emociones que suscitan las prácticas físico-deportivas.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC3.

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

Esta competencia profundiza en el concepto de la cultura motriz que el alumnado habrá ido construyendo durante la etapa de primaria. Se trata de continuar consolidando la identidad propia a partir de este conocimiento, anteriormente vivenciado de una forma eminentemente práctica y, a partir de ahora, en esta nueva etapa, además, de manera intencionalmente contextualizada y comprensiva, en el sentido más funcional, dando valor de utilidad a lo que se hace: contextualizada en un mundo diverso en términos culturales que requiere de un marco de análisis que permita comprender globalmente cada manifestación desde el conocimiento de los factores con los que se relaciona (historia, intereses económicos, políticos o sociales); y comprensiva en clara alusión a la orientación competencial del currículo, desde la que el mero conocimiento no resulta suficiente.

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



Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4.

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

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

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

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: STEM5, CC4, CE1, CE3.

## 7. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

### Competencia específica 1

1.1. Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.

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

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

1.4. Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.

1.5. Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte.

### Competencia específica 2

2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.

2.2. Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.

2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.

### Competencia específica 3

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

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

### Competencia específica 4

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

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

4.3. Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.

### Competencia específica 5

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

5.2. Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.

## 8. SABERES BÁSICOS

### **Bloque A. Vida activa y saludable.**

- Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Alimentación saludable, alimentos no saludables y similares. Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares). Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo.
- Salud social: Suplementación deportiva. Riesgos y condicionantes éticos.
- Salud mental: tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.

### **Bloque B. Organización y gestión de la actividad física.**

- Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.
- Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo.
- Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física.
- Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del de los demás. Medidas colectivas de seguridad.
- Actuaciones ante accidentes. Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).

### **Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices.**

- Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales básicos en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones básicas previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.
- Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.
- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico- deportivas: identificación y corrección de errores comunes.
- Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles.
- Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial

### **Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.**

- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.
- Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.
- Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.

- Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

### **Bloque E. Manifestaciones de la cultura motriz.**

- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes regionales y nacionales como seña de identidad cultural.
- Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.
- Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.
- Deporte y perspectiva de género: historia del deporte desde la perspectiva de género. Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica. Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte.

### **Bloque F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.**

- Normas de uso: respeto a las normas viales en los desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible.
- La práctica de bicicleta como medio de transporte habitual.
- Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico- deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad.
- Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.
- Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.

## **8.1. SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN.**

Tendremos, en cuenta, una serie de criterios que dan consistencia a la selección de los contenidos y su distribución en las distintas Unidades Formativas, son:

- Los conocimientos iniciales.
- La “estructura”: procedimientos y actitudes antes que conceptos.
- Los aspectos socioculturales.
- Selección de los saberes básicos más próximos.
- Relevancia de aquellos saberes básicos más básicos.
- Preferencia de los saberes básicos de mayor transferencia.
- Selección de los saberes básicos de mayor perdurabilidad.

<b>SABERS BÁSICOS PARA TERCERO DE ESO</b>				
<b> EVAL. </b>	<b> UNIDADES FORMATIVAS </b>		<b> N° SESIONES </b>	<b> BLOQUE </b>
1ª	1	<i>Condición Física. Resistencia-Flexibilidad-Calentamiento</i>	10	
	2	<i>Deporte colectivo: baloncesto.</i>	8	
	3	<i>Higiene postural</i>	2	
2ª	4	<i>Condición Física. Velocidad-Fuerza-Calentamiento</i>	8	
	5	<i>Deporte colectivo: fútbol sala.</i>	8	
	6	<i>Iniciación a los deportes de pala: Tenis de mesa</i>	4	
3ª	7	<i>Primeros auxilios</i>	2	
	8	<i>Juegos populares</i>	10	
	9	<i>Actividades y juegos en/de la naturaleza.</i>	4	
	10	<i>Expresión corporal.</i>	5	

**NOTA.** Las sesiones de EF, en muchas ocasiones, no se pueden dedicar a un sólo contenido o UF (por ejemplo, no se puede estar una sesión entera trabajando carreras de velocidad), por tanto, en

*muchas sesiones se trabajan contenidos de distintas UF, se reflejan en el cuadro anterior el número de sesiones en las que un determinado contenido es más significativo.*

## **8.2 UNIDADES FORMATIVAS**

### **UNIDAD FORMATIVA 1. Condición Física. Resistencia, Flexibilidad), Calentamiento.**

#### **Bloque A. Vida activa y saludable.**

- Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Alimentación saludable, alimentos no saludables y similares. Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares). Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo.
- Salud social: Suplementación deportiva. Riesgos y condicionantes éticos.
- Salud mental: tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.

#### **Bloque B. Organización y gestión de la actividad física.**

- Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.
- Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo.
- Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física.

#### **Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices.**

- Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.

### **UNIDAD FORMATIVA 2. Deporte colectivo: baloncesto.**

#### **Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices.**

- Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales básicos en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones básicas previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.
- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico- deportivas: identificación y corrección de errores comunes.
- Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles.

#### **Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.**

- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.
- Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.
- Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.

- Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

### **UNIDAD FORMATIVA 3. Higiene postural**

#### **Bloque A. Vida activa y saludable.**

- Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares).

### **UNIDAD FORMATIVA 4. Condición Física. Velocidad y Fuerza).**

#### **Bloque A. Vida activa y saludable.**

- Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Alimentación saludable, alimentos no saludables y similares. Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares. Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo.
- Salud social: Suplementación deportiva. Riesgos y condicionantes éticos.
- Salud mental: tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.

#### **Bloque B. Organización y gestión de la actividad física.**

- Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.
- Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo.
- Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física.

#### **Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices.**

- Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.

### **UNIDAD FORMATIVA 5. Deporte colectivo: fútbol sala.**

#### **Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices.**

- Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales básicos en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones básicas previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.
- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico- deportivas: identificación y corrección de errores comunes.
- Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles.

#### **Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.**

- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.
- Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.
- Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.
- Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

### **UNIDAD FORMATIVA 6. Tenis de mesa**

#### **Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices.**

- Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales básicos en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones básicas previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.
- Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico- deportivas: identificación y corrección de errores comunes.
- Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles.

#### **Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.**

- Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.
- Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.
- Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.
- Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

### **UNIDAD FORMATIVA 7. Primeros auxilios.**

#### **Bloque B. Organización y gestión de la actividad física.**

- Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del de los demás. Medidas colectivas de seguridad.
- Actuaciones ante accidentes. Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).

### **UNIDAD FORMATIVA 8. Juegos populares.**

#### **Bloque E. Manifestaciones de la cultura motriz.**

- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes regionales y nacionales como seña de identidad cultural.

### **UNIDAD FORMATIVA 9. Actividades y juegos en/de la naturaleza.**

#### **Bloque F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.**

- Normas de uso: respeto a las normas viales en los desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible.
- La práctica de bicicleta como medio de transporte habitual.

- Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico- deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad.
- Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.
- Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.

### **UNIDAD FORMATIVA 10. Expresión corporal.**

#### **Bloque E. Manifestaciones de la cultura motriz.**

- Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.
- Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.
- Deporte y perspectiva de género: historia del deporte desde la perspectiva de género. Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica. Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte.

## **9. METODOLOGÍA Y RECURSOS DIDÁCTICOS.**

### **9.1. METODOLOGÍA.**

La Metodología didáctica es el conjunto de estrategias, procedimientos y acciones organizadas y planificadas por el profesorado, de manera consciente y reflexiva, con la finalidad de posibilitar el aprendizaje del alumnado y el logro de los objetivos planteados.

#### **9.1.1. METODOLOGÍA EN EDUCACIÓN FÍSICA.**

La acción docente en la materia de Educación Física tendrá en especial consideración las siguientes recomendaciones:

- La adecuada combinación del amplio espectro de estilos de enseñanza será la metodología más apropiada, tendiendo siempre hacia la utilización de metodologías activas, colaborativas y contextualizadas, en las que el alumno pueda gestionar su propio ritmo de aprendizaje, ser autónomo y creativo. Se propiciará el aprendizaje competencial, significativo y reflexivo.
- Los métodos tendrán en cuenta los diferentes ritmos de aprendizaje del alumnado. Para la aplicación metodológica, las actividades o retos propuestos deberán tener la suficiente variedad como para atender a los distintos ritmos de aprendizaje presentes en el aula, considerando los diferentes niveles de competencia motriz y permitiendo que sean alcanzables por todos los alumnos. Tendrán especial relevancia aquellos métodos que favorezcan la capacidad de aprender a ser, aprender a saber, aprender a hacer, aprender a convivir; sin olvidar aprender por sí mismo y resolver situaciones motrices con eficacia. Asimismo se promoverán métodos que favorezcan el trabajo en equipo.
- El buen clima de convivencia, así como el respeto, la mediación en la resolución de conflictos, la participación en la elaboración de las normas y el juego limpio, debe ser una constante, especialmente durante el desarrollo de cualquier práctica físico-deportiva. Las características de la Educación Física convierten esta materia en un entorno propicio para el desarrollo de valores personales y sociales. Se debe prestar especial atención a los principios de respeto, igualdad y coeducación, procurando erradicar todo tipo de estereotipos o prejuicios, fomentando la aceptación, la participación de todos y el trabajo cooperativo, contribuyendo así de forma clara a la consecución de las competencias clave.



- La Educación Física tiene un carácter eminentemente práctico, por lo que se procurará que el aprendizaje se produzca prioritariamente a través del movimiento, buscando que el tiempo de compromiso motor durante las sesiones sea el mayor posible, utilizando metodologías, recursos didácticos, espacios y organizaciones que así lo permitan.
- Aquellas situaciones deportivas donde se produzcan elementos competitivos deberán plantearse desde un punto de vista pedagógico, suponiendo satisfacción por el logro alcanzado, diversión en el juego competitivo, gestión del éxito y del fracaso, aceptación y cumplimiento de unas reglas determinadas y respeto a los contrarios.
- La digitalización de los elementos en el proceso de enseñanza-aprendizaje tendrá un papel destacado en la metodología utilizada, haciendo hincapié en un uso responsable y en el conocimiento de los riesgos que ello implica. Partiendo del conocimiento y familiarización en entornos virtuales de aprendizaje, herramientas básicas digitales y curación de contenidos, para llegar a un manejo y dominio en los mismos. En este sentido, la digitalización podrá ayudar en la gestión del aula, la presentación de contenidos de forma más atractiva, el diseño de actividades de refuerzo y ampliación.

### **9.1.2. TIPO DE METODOLOGÍA.**

Como consecuencia de lo anteriormente expuesto, entendemos que será una metodología eminentemente LÚDICA, el juego será a la vez que un recurso, una metodología en sí mismo, siendo además: ACTIVA, FLEXIBLE, PARTICIPATIVA, INTEGRADORA, NATURAL.

### **9.1.3. TÉCNICAS DE ENSEÑANZA.**

Utilizaremos las siguientes.

- Reproducción de modelos: en aquellas sesiones en las que se requiera un aprendizaje técnico o más centrado y localizado.
- Búsqueda o Indagación: en aquellas sesiones en las que se requiera que el alumno desarrolle procesos cognitivos, y solucione problemas mediante la experimentación motriz.

### **9.1.4. ESTILOS DE ENSEÑANZA.**

- Modificación del mando directo.
- Asignación de tareas. Grupos de nivel.
- Grupos reducidos.
- Trabajo en grupo.
- Juego de roles y simulación social.
- Descubrimiento guiado.
- Resolución de problemas.

### **9.1.5. ESTRATEGIAS DE LA PRÁCTICA.**

De forma general, y dependiendo del objetivo que queramos conseguir, utilizaremos las siguientes estrategias de la práctica: ANALÍTICA y GLOBAL en todas sus variantes:

- Analítica pura, analítica secuencial, analítica progresiva
- Global pura, global polarizando la atención, global modificando la situación real
- Mixta: Combinando lo positivo de la global y la analítica. Se presenta la tarea de forma global, después se practica una parte analíticamente (bien programándolo con antelación o viendo en la práctica que parte está más floja) y para finalizar volvemos a la forma global.

## 9.2. RECURSOS DIDÁCTICOS.

Recurso didáctico es cualquier material que se ha elaborado con la intención de facilitar al docente su función y a su vez la del alumno.

### 9.2.1. FUNCIONES QUE DESARROLLAN LOS RECURSOS DIDÁCTICOS.

- Los recursos didácticos **proporcionan información** al alumno.
- Son una **guía para los aprendizajes**, ya que nos ayudan a organizar la información que queremos transmitir. De esta manera ofrecemos nuevos conocimientos al alumno.
- Nos ayudan a **ejercitar las habilidades** y también a desarrollarlas.
- Los recursos didácticos despiertan **la motivación**, la **impulsan** y crean un interés hacia el contenido del mismo.
- **Evaluación.** Los recursos didácticos nos permiten **evaluar** los conocimientos de los alumnos en cada momento, ya que normalmente suelen contener una serie de cuestiones sobre las que queremos que el alumno reflexione.
- Nos proporcionan un **entorno para la expresión del alumno**.

### 9.2.2. CONSIDERACIONES A TENER EN CUENTA PARA CREAR UN RECURSO DIDÁCTICO.

- **Qué queremos enseñar** al alumno.
- **Explicaciones** claras y sencillas. Realizaremos un desarrollo previo de las mismas y los ejemplos que vamos a aportar en cada momento.
- La **cercanía del recurso**, es decir, que sea conocido y accesible para el alumno.
- **Apariencia del recurso.** Debe tener un aspecto agradable para el alumno, por ejemplo añadir al texto un dibujo que le haga ver rápidamente el tema del que trata y así crear un estímulo atractivo para el alumno.
- **Interacción** del alumno con el recurso. Qué el alumno conozca el recurso y cómo manejarlo.

### 9.2.3. RECURSOS DIDÁCTICOS EN NUESTRA PROGRAMACIÓN.

#### a) Material convencional y no convencional.

Como material convencional de EF, emplearemos prácticamente todo el disponible, ya sea para el desarrollo de las Unidades Formativas programadas o para la realización de alguna actividad complementaria o extraescolar.

Se hará uso de material alternativo, no convencional de EF para el desarrollo de algunas sesiones como: vasos de plástico, globos, cinta de precinto, elásticos, tijeras, cartulinas, cajas de cartón, botellas de plástico, etc. especificado en cada UD.

#### b) Tic y material audiovisual e interactivo.

Podríamos considerarlo también como material no convencional de EF, pero se ha separado, por su importancia y valor dentro de la programación, de modo que para el desarrollo de esta programación se utilizará

- Ordenador y un proyector (cañón) que emplearemos para mostrar videos, PowerPoint e imágenes durante nuestras clases.
- La Web del centro y la plataforma Classroom, a través de las cuales los alumnos se podrán descargar apuntes y trabajos propios de cada Unidad Formativa, además de utilizar el material didáctico e interactivo que pueda crear el departamento mediante Hot-Potatoes, FrontPage y PowerPoint como material de apoyo y refuerzo.
- Aplicaciones vinculadas a la actividad física y el deporte.
- Blog personal del profesorado (en su caso),
- CD musicales de varios estilos y reproductor de CD portátil

**c) Material de apoyo teórico e impreso.**

- Apuntes y actividades elaborados por el departamento y/o propios del profesor, que se publicarán en el portal Web del Centro, en Classroom o en la página Moodle en formato digital. Los mismos podrán consultarse o descargarse.
- Textos de consulta a su disposición en la biblioteca del centro.
- Libro de texto editorial “El Serbal”, a disposición en el departamento de Educación Física para su consulta o préstamo.

**Ejemplos de material didáctico elaborado.**

- Apuntes de las Unidades Formativas elaborados por el departamento.
- Fichas para analizar gestos técnicos o coreografías
- Fichas explicativas de los gestos deportivos y de actividad física
- Fichas para evaluar el proceso de enseñanza-aprendizaje.
- Fichas de autoevaluación.
- Fichas de evaluación recíproca.

**10. EVALUACIÓN.**

La evaluación se hará conforme a las orientaciones del artículo Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria.

Podemos considerar la evaluación como “un instrumento al servicio del proceso de enseñanza-aprendizaje integrada en el quehacer diario del aula y del centro educativo. Domingo Blázquez (2003) la define como “*el proceso de recogida de información, toma de decisiones y emisión de un juicio que tiene por fin comprobar en qué medida se han logrado los objetivos*”.

**10.1. EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE.**

**¿Quién evalúa?** Serán el profesor y el alumnado, a través de:

- La heteroevaluación. El Profesor es el que efectúa los juicios de valor y es quien toma las decisiones.
- La coevaluación. El profesor y los alumnos comparten el proceso.
- Evaluación recíproca. Los alumnos se evalúan entre sí (por parejas o pequeños grupos).
- Autoevaluación. Los alumnos participan en un sistema de enseñanza individualizada y personalizada.

**¿Qué evaluar?**

1) El aprendizaje del alumno. Nos indicará si el alumno ha conseguido los objetivos inicialmente planteados. Será a través de los criterios de evaluación y estándares de aprendizaje.

2) El proceso de enseñanza, (práctica docente y programación). Se revisará la marcha del proceso de enseñanza.

**¿Cuándo se evalúa?**

El proceso de aprendizaje.

1) Evaluación inicial o diagnóstica. Proporciona la información necesaria y conocimiento del alumno al comienzo del proceso. Sirve para tomar decisiones acerca de qué objetivos deben alcanzar los alumnos, metodología, actividades a realizar, etc.

2) *Evaluación continua o formativa*: Sirve para determinar el grado de desarrollo alcanzado y conocer cómo el alumno se va adaptando al proceso de enseñanza.

3) *Evaluación final o sumativa*. Su finalidad es obtener información relativa al grado de consecución de los objetivos (siendo sus referentes los criterios de evaluación y los estándares de aprendizaje). Es el resultado de las anteriores y sirve para dar el informe final. Si los objetivos no se consiguen, se establecerán “actividades de refuerzo” que permitan corregir dichos errores o deficiencias. La llevaremos a cabo al final de cada unidad formativa y/o evaluación.

#### El proceso de enseñanza.

Tanto de la PD como de la labor docente se realizará:

- El profesorado, a lo largo de todas las sesiones teniendo en cuenta las incidencias y aspectos positivos y negativos de las mismas; al final de cada UP y, sobre todo, al final de cada evaluación para variar los detalles para el curso siguiente.
- El alumno, en el día a día se tendrán en cuenta sus comentarios y actitudes ante lo trabajado y, en su caso, al final de cada evaluación se podrá realizar una valoración global de la misma, de forma oral o escrita.

#### ¿Cómo evaluar?

1) *El aprendizaje del alumno*. A través de: **PRUEBAS ESCRITAS; PRUEBAS PRÁCTICAS; TRABAJOS ESCRITOS; LISTAS DE CONTROL; ESCALAS DE OBSERVACIÓN.**

2) *El proceso de enseñanza, (práctica docente y programación)*. Como ya hemos expresado se revisará la marcha del proceso de enseñanza a través de la reflexión personal del profesorado.

### **10.2. INDICADORES DE LOGRO DEL PROCESO DE ENSEÑANZA Y DE LA PRÁCTICA DOCENTE**

Se considerarán los resultados obtenidos en la evaluación del alumnado y el análisis del proceso global que ha dado lugar a estos resultados.

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

PROFESOR.

	CRITERIOS DE VALORACIÓN	Nivel				Nivel				Nivel				Nivel					
<b>OBJETIVOS</b>	Los objetivos han sido adecuados a las características y necesidades de los alumnos.																		
	Valoración de los aprendizajes logrados por los alumnos.																		
<b>CCBB</b>	Se han tenido siempre en consideración las Competencias clave..																		
<b>CONTENIDOS</b>	Los contenidos han sido adecuados a las características y necesidades de los alumnos.																		
<b>METODOLOGÍA</b>	La organización del aula ha sido adecuada.																		
	Se han aprovechado los recursos del centro.																		
	Las estrategias de enseñanza.																		
	La idoneidad de la metodología.																		
	Relaciones con los tutores.																		
	Relaciones con las familias.																		
	La idoneidad de los materiales curriculares.																		
	La coordinación con los equipos pedagógicos ha sido fluida.																		
	La coordinación con los profesores del Departamento ha sido fluida.																		
Existe coordinación con los centros de E. Primaria (1º).																			
<b>EVALUACIÓN</b>	Los criterios de evaluación han sido adecuados a las características y necesidades de los alumnos.																		
	Los procedimientos de evaluación han sido eficaces.																		
<b>ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</b>	Las medidas de individualización de la enseñanza: apoyo y refuerzo.																		
	Las medidas adoptadas con el alumnado con nee han sido pertinentes.																		

### Otros aspectos de la evaluación del proceso de enseñanza y de la práctica docente

<b>COORDINACIÓN DOCENTE</b>		Reuniones de Departamento mantenidas									
<b>COORDINACIÓN DOCENTE</b>		Principales acuerdos pedagógicos adoptados									
<b>AJUSTE DE LA PROGRAMACIÓN DOCENTE</b>	¿Se ha ajustado a lo previsto en todos los grupos de los mismos cursos de la etapa?										
	Diferencias producidas entre los diferentes grupos del mismo curso de la etapa			1º ESO							
				3º ESO							
	Posibles causas de las diferencias adoptadas										
<b>CONSECUCCIÓN DE LOS ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE</b>	Grado de consecución por los alumnos de los estándares de aprendizaje en los distintos grupos de los mismos cursos de la etapa			%	INSF	SUFC	BIEN	NOT	SOBR		
				1ºESO							
	3ºESO										
Análisis de las diferencias advertidas											
<b>ALUMNOS QUE PRESENTAN DIFERENCIAS SIGNIFICATIVAS</b>											
<b>PLANES DE MEJORA</b>											

### 10.3. CRITERIOS DE EVALUACIÓN: Relación con las C. E, Instrumentos de evaluación y Unidades Formativas

3º ESO		COMPETENCIAS CLAVE								INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	Saberes Básicos
Competencia Específica	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	CC	CCEC	CCL	CD	CE	CP	CPS AA	STEM		Unidad Formativa
CE 1	1.1 Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.			X	X			X	X	Trabajo escrito	1,4
	1.2 Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.			X	X			X	X	Trabajo escrito	2, 5, 8
	1.3 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.			X	X			X	X	Prueba escrita Lista de control	7
	1.4 Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad..			X	X			X	X	Lista de control	Todas
	1.5 Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte.			X	X			X	X	Prueba escrita	2, 5, 6, 8, 10
CE2	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.					X		X		Trabajo escrito	10
	2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.					X		X		Prueba práctica	2; 5; 6; 8
	2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.					X		X		Prueba escrita	2; 5; 6; 8

Competencia Específica	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	CC	CCEC	CCL	CD	CE	CP	CPS AA	STEM	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	Unidad Formativa	
CE3	3.1 Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	X		X				X		Prueba práctica Lista de control	2; 5; 6; 8; 10	
	3.2 Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	X		X					X		Lista de control	2; 5; 6; 8; 10
CE4	4.1 Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos.	X	X							Prueba práctica Lista de control	8	
	4.2 Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico- deportivo.	X	X								Lista de control	Todas
	4.3 Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.	X	X								Prueba práctica Escala de observación	10
CE5	5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica, y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.	X				X			X	Escala de observación	9	
	5.2 Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.	X				X			X	Lista de control	9	

## 10.4. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

Para la superación de la asignatura será necesario llegar al 5. La nota se obtendrá de la suma de las valoraciones de los distintos criterios de evaluación como se expresa en el siguiente cuadro.

Competencia Específica	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	Coeficiente	Escala	1ª Evaluación			2ª Evaluación			3ª Evaluación			
				UF1	UF2	UF3	UF4	UF5	UF6	UF7	UF8	UF9	UF10
CE 1	1.1	1	1-10	0,5			0,5						
	1.2	0,5	1-10		0,2			0,2			0,2		
	1.3	0,5	1-10							0,5			
	1.4	0,6	1-10	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06
	1.5	1	1-10		0,2			0,2	0,2		0,2		0,2
CE2	2.1	0,5	1-10										0,5
	2.2	0,6	1-10		0,15			0,15	0,15		0,15		
	2.3	0,6	1-10		0,15			0,15	0,15		0,15		
CE3	3.1	0,5	1-10		0,1			0,1	0,1		0,1		0,1
	3.2	0,6	1-10		0,1			0,1	0,1		0,1		0,1
CE4	4.1	1	1-10								1		
	4.2	0,6	1-10	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06
	4.3	1	1-10										1
CE5	5.1.	0,5	1-10									0,5	
	5.2	0,5	1-10									0,5	

## 10.5. CRITERIOS DE RECUPERACIÓN.

### Actividades de recuperación durante el curso.

Los alumnos que no hayan superado la evaluación deberán trabajar por su cuenta y de forma individual siguiendo las indicaciones dadas en clase y realizando la prueba de recuperación cuando el profesor estime oportuno. Se proponen como actividades de recuperación, la realización de actividades complementarias y de refuerzo, trabajos de síntesis, pruebas específicas de evaluación de la CF y salud o de una determinada habilidad no realizadas o con calificación negativa y una valoración positiva en la actitud en UNIDADES FORMATIVAS posteriores.

### Evaluación de alumnos con la materia suspensa en cursos anteriores.

Se examinarán ateniéndose a los contenidos de la programación. Para recuperar, los alumnos deberán superar los mínimos exigidos para el nivel.

Habrán dos formas de superar la asignatura que serán informadas a los alumnos durante la primera evaluación

#### ▪ **Opción 1:** Examinarse por parciales

Todos los alumnos pendientes se examinarán en las siguientes fechas.

- Primera Evaluación: Fecha de examen 16 de diciembre de 2022 11,30 hs
- Segunda Evaluación: Fecha de examen 10 de marzo de 2023 11,30 hs
- Tercera Evaluación: Fecha de examen 12 de mayo de 2023 11,30 hs



- **Opción 2:** También se considerará la evaluación positiva si el alumno ha superado con éxito las dos primeras evaluaciones del año en curso.

### **LOS ALUMNOS DEBERÁN COMUNICAR POR ESCRITO QUÉ OPCION ELIGEN DURANTE LA PRIMERA EVALUACIÓN**

#### **Evaluación de alumnos a los que ha sido imposible aplicar la evaluación continua.**

Se examinarán ateniéndose a los contenidos de la programación, en la fecha que se proponga (Primera semana de junio), con los criterios que se expresan a continuación.

#### Parte teórica.

Realización de un resumen en forma de trabajo escrito y de un examen de las unidades formativas desarrolladas durante el curso.

#### Parte práctica

- Realización de dos de entre las pruebas (realizadas durante el curso o) con decisión: Resistencia. Flexibilidad. Velocidad. Fuerza.
- Destrezas de los deportes practicados durante el curso con respecto a los gestos técnicos propios de ese deporte en cuestión.

### **10.6. EVALUACIÓN DE ALUMNOS EXENTOS DE LA PARTE PRÁCTICA.**

Los alumnos que no puedan realizar la parte práctica deberán presentar un *certificado médico oficial* en el que se especifique la causa que le impide hacerla y además, que concrete qué tipo de actividad física no puede realizar, además de la ficha médica de principio de curso. Estos alumnos deberán superar los contenidos teóricos o conceptuales programados, es decir, **deben realizar y obtener una calificación mínima de 5 puntos en los trabajos y el examen escrito.** Además pueden realizar durante el período de tiempo de exención de la parte práctica un trabajo diario paralelo al de sus compañeros e indicado por el profesor, que compense la parte práctica no realizada. Las posibles tareas de refuerzo podemos destacar: fichas de sesión y actividades de refuerzo, preguntas por escrito, colaboración como alumno-profesor, juez-árbitro, supervisor del material, reportaje fotográfico, plan de mantenimiento y/o mejora de su flexibilidad, resistencia aeróbica, fuerza y resistencia muscular, recogida y registro de información en hojas de cálculo, actividades de ampliación, etc.

**NOTA.** Otras posibilidades de subir la calificación, siempre a partir de que la evaluación sea positiva, son:

1. **REALIZAR ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA DE FORMA REGULAR.** El alumno/a deberá entregar una copia de la inscripción federativa, del pago mensual a una instalación deportiva, etc.
2. **OTROS.** La participación en actividades complementarias y extraescolares organizadas por el departamento, actividades de profundización, participación en proyectos etc...

## 11. OTROS ASPECTOS DE LA PROGRAMACIÓN.

Por las características propias de la materia, nos podremos encontrar con alumnos/as que necesiten ayuda por diferentes motivos, como son:

### 11.1 ATENCION A LA DIVERSIDAD

A partir de los artículos 5.3 y 5.4 del *Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo*, y los artículos 25 a 29 del *borrador del decreto* por el que se establece el currículo de Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia, en los que se establecen los lineamientos para la atención a la diversidad, el departamento de Educación Física establece las siguientes actuaciones.

**a. Exenciones totales de actividad física.**

*Actuación.* Ayudas de aceptación de sí mismos. Deben alcanzar los objetivos mínimos conceptuales a partir de pruebas escritas, trabajos, comentarios, análisis y observación de sesiones.

**b. Exenciones parciales de actividad física.**

*Actuación.* Siempre a partir del informe médico, realizará las actividades que en él se especifiquen que pueda realizar.

**c. Alumnado con dificultades específicas de aprendizaje**

*Actuación.* Mediante un seguimiento más individualizado y aplicando actividades de apoyo y de recuperación.

**d. Alumnado con necesidades educativas especiales**

*Actuación.* Cambio de actividades generales, actividades de ampliación, cambios de rol, etc.

**e. Alumnado con integración tardía en el sistema educativo español.**

*Actuación.* La atención del alumnado que se incorpora tardíamente al sistema educativo español se realizará atendiendo a sus circunstancias, conocimientos, edad e historial académico. Se hará un seguimiento individualizado y se darán actividades adaptadas para el alumnado que presente dificultades con el idioma.

**f. Alumnos con diagnóstico de altas capacidades.**

A estos alumnos, desde el Departamento se intentará dar respuesta en colaboración y participación con los distintos proyectos que se han ofertado por el centro. Y, en su caso, se podrá ayudar a completar la calificación final, incluso en el caso del trabajo de investigación, ser un criterio para obtener mención de honor en la materia.

**NOTA.** El departamento de Educación Física entrega a cada alumno en la primera sesión del curso una hoja en la que los padres deben describir con el máximo detalle cualquier enfermedad o minusvalía del alumno, con el objeto de tomar las medidas educativas que fueran necesarias.

### 11.2. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.

Actividades complementarias son aquellas que utilicen espacios o recursos diferentes al resto de actividades ordinarias de la materia aunque precisen tiempo adicional del horario no lectivo para su realización. Serán evaluables a efectos académicos y obligatorias, tanto para los profesores, como para los alumnos. No obstante, tendrán carácter voluntario para los alumnos, aquellas que se realicen fuera del centro o que precisen aportaciones económicas de las familias, en cuyo caso se garantizará la atención educativa de los alumnos que no participen en las mismas.

**ACTIVIDADES PROGRAMADAS PARA REALIZAR EN EL CENTRO.**

Este Departamento deja abierta la posibilidad de realizar alguna otra actividad en función de las ofertas que se vayan recibiendo.

EN EL CENTRO	OBJETIVOS	Fecha prevista	Cursos	En colaboración con	Profesores responsables
Campeonatos deportivos en el recreo	Incorporar la práctica del deporte competitivo para favorecer el desarrollo personal y social.	2ª y 3ª Evaluación	Todos		Departamento de Educación Física
Torneo de Santo Tomás	Incorporar la práctica del deporte competitivo para favorecer el desarrollo personal y social.	2ª Evaluación	Todos	Departamento de AAEE	Departamento de Educación Física

**ACTIVIDADES PROGRAMADAS PARA REALIZAR FUERA DEL CENTRO.**

FUERA DEL CENTRO	OBJETIVOS	Fecha prevista	Cursos	En colaboración con	Profesores responsables
Orientación/senderismo	Descubrir las posibilidades del entorno natural más cercano para la práctica de actividades físico-deportivas	1ª o 2ª evaluación	3º de ESO		Departamento de Educación Física
Actividades náuticas (Piragüismo y Vela)	Descubrir las posibilidades del entorno natural más cercano para la práctica de actividades físico-deportivas	3ª Evaluación	3º y 4º de ESO		Departamento de Educación Física
Carrera popular alrededor del Instituto "Kilómetros de solidaridad"		3ª Evaluación	Todos los cursos	Departamento de AAEE	Departamento de Educación Física

**11.3. MEDIDAS PARA ESTIMULAR EL INTERÉS Y EL HÁBITO DE LECTURA Y LA CAPACIDAD DE EXPRESARSE CORRECTAMENTE.**

A.- Medidas para estimular el interés y el hábito de lectura.

- Lecturas orientadas de los temas del libro del alumno.
- Lecturas de noticias deportivas interesantes.

B.- Medidas para desarrollar la capacidad de expresarse correctamente.

- Realización de trabajos escritos. Recopilación de materiales.
- Realización de exámenes escritos.
- Constante intercambio comunicativo.
- Uso del vocabulario específico.

## 11.4. PROYECTOS EDUCATIVOS

- **BLOG SOBRE MUJER Y DEPORTE**

Este proyecto se inició en el curso 2018-2019 como parte del Programa de Altas Capacidades, en el que se eligió investigar sobre la Igualdad de género en el deporte. Ante la respuesta del alumnado participante, se decidió continuar con el proyecto en el curso pasado. A consecuencia de la pandemia de Covid19, no se consideró prudente continuar con el mismo debido a la sobrecarga de trabajo de los/las alumnos/as.

El Departamento de Educación Física ofrecerá el proyecto nuevamente a los/las alumnos/as en el presente curso, dicho ofrecimiento se hará extensivo a todos los cursos de ESO y Bachillerato.

La propuesta de trabajo consistirá en buscar información sobre contenidos sugeridos o sobre temas de actualidad y remitirla al profesor acompañada de un comentario o de la opinión personal. Una vez recibida se subirá al blog.

La dirección del mismo es <https://igualdadgeneroydeporte.blogspot.com/>

- **PROYECTO ABP-GTV**

En el curso 2019-2020 el IES Ingeniero de la Cierva propuso la creación de una Guía Turística Virtual (GTV) utilizando el método de Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP).

Desde el departamento de Educación Física tomamos la decisión de participar en el mismo y continuar con el trabajo si el proyecto tiene continuidad.