colegio
LOYOLA
PADRES
ESCOLAPIOS
OVIEDO
C.I.F.: R3300136C

Fernández de Oviedo, 47
33012 Oviedo
Tel.: 985 29 59 93 / Fax: 985 29 32 80
E-mail:
dir.oviedo@escolapiosbetania.es
www.loyolaescolapios.es
CENTRO PRIVADO CONCERTADO

PROGRAMACIÓN

EDUCACIÓN FÍSICA

2º ESO

Seminario de educación física

2021/2022

Atendiendo al Proyecto Curricular y de acuerdo con el *Decreto 43/2015, de 10 de junio, por el que se regula la ordenación y se establece el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en el Principado de Asturias.*

PROFESOR:
JUAN FERNÁNDEZ MENÉNDEZ

Índice

1. INTRODUCCIÓN. 3
2. OBJETIVOS DE LA ETAPA 4
3. METODOLOGÍA 5
4. CONTRIBUCIÓN DE LA MATERIA AL LOGRO DE LAS COMPETENCIAS CLAVE ESTABLECIDAS PARA LA ETAPA 11
5. CONTENIDOS DEL CURRICULO OFICIAL 12
6. CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES ASOCIADOS A CADA CRITERIO 16
7. UNIDADES DIDÁCTICAS 22
8. TEMPORALIZACIÓN DE LAS UNIDADES DIDÁCTICAS 36
9. PROCEDIMIENTOS, INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN 36
10. PROGRAMAS DE REFUERZO PARA RECUPERAR APRENDIZAJES NO ADQUIRIDOS Y SE PROMOCIONE CON EVALUACIÓN NEGATIVA 44
11. MEDIDAS DE REFUERZO Y ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD 46
12. CONCRECIÓN DEL PLAN DE LECTURA, ESCRITURA E INVESTIGACIÓN Y USO DE LAS TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN 51
13. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS 52
14. PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN DE LA APLICACIÓN Y DESARROLLO DE LA PROGRAMACIÓN DOCENTE 52
15. MEDIDAS DE PREVENCIÓN E HIGIENE FRENTE AL COVID-19. 52

1. INTRODUCCIÓN.

El Real Decreto 1105/2014 de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato como consecuencia de la implantación de la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa (LOMCE), ha sido desarrollado en el Principado de Asturias por el Decreto 43/2015, de 10 de junio, por el que se regula la ordenación y se establece el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria (o Decreto 42/2015, de 10 de junio, por el que se regula la ordenación y se establece el currículo de la Bachillerato) en esta comunidad.

El presente documento se refiere a la programación docente del segundo curso de ESO de la materia de educación física. Forman parte de esta programación docente los elementos integrantes del currículo de la Educación Secundaria Obligatoria, en los términos en que se definen en el artículo 2 del Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre:

a) Objetivos de la Educación Secundaria Obligatoria, entendidos como referentes relativos a los logros que el alumnado debe alcanzar al finalizar cada etapa, como resultado de las experiencias de enseñanza-aprendizaje intencionalmente planificadas a tal fin.

b) Competencias entendidas como las capacidades para aplicar de forma integrada los contenidos de la etapa de Educación Secundaria Obligatoria, con el fin de lograr la realización adecuada de actividades y la resolución eficaz de problemas complejos.

c) Contenidos o conjunto de conocimientos, habilidades, destrezas y actitudes que contribuyen al logro de los objetivos de la Educación Secundaria Obligatoria y a la adquisición de competencias.

d) Estándares de aprendizaje evaluables. Son las especificaciones de los criterios de evaluación que permiten definir los resultados de aprendizaje, y que concretan lo que el estudiante debe saber, comprender y saber hacer en cada asignatura; deben ser observables, medibles y evaluables y permitir graduar el rendimiento o logro alcanzado.

e) Criterios de evaluación que son el referente específico para evaluar el aprendizaje del alumnado. Describen aquello que se quiere valorar y que el alumnado debe lograr, tanto en conocimientos como en competencias; responden a lo que se pretende lograr en cada asignatura.

f) Metodología didáctica o 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.

Este real decreto, se basa en la potenciación del aprendizaje por competencias, integradas en los elementos curriculares para propiciar una renovación en la práctica docente y en el proceso de enseñanza y aprendizaje. Se proponen nuevos enfoques en el aprendizaje y evaluación, que han de suponer un importante cambio en las tareas que han de resolver los alumnos y planteamientos metodológicos innovadores.

La competencia supone una combinación de habilidades prácticas, conocimientos, motivación, valores éticos, actitudes, emociones, y otros componentes sociales y de comportamiento que se movilizan conjuntamente para lograr una acción eficaz. Se contemplan, pues, como conocimiento en la práctica, un conocimiento adquirido a través de la participación activa en prácticas sociales que, como tales, se pueden desarrollar tanto en el contexto educativo formal, a través del currículo, como en los contextos educativos no formales e informales.

Las competencias, por tanto, se conceptualizan como un «saber hacer» que se aplica a una diversidad de contextos académicos, sociales y profesionales. Para que la transferencia a distintos contextos sea posible resulta indispensable una comprensión del conocimiento presente en las competencias, y la vinculación de éste con las habilidades prácticas o destrezas que las integran.

El aprendizaje por competencias favorece los propios procesos de aprendizaje y la motivación por aprender, debido a la fuerte interrelación entre sus componentes: el concepto se aprende de forma conjunta al procedimiento de aprender dicho concepto.

Se adopta la denominación de las competencias clave definidas por la Unión Europea. Se considera que «las competencias clave son aquellas que todas las personas precisan

para su realización y desarrollo personal, así como para la ciudadanía activa, la inclusión social y el empleo». Se identifican siete competencias clave esenciales para el bienestar de las sociedades europeas, el crecimiento económico y la innovación, y se describen los conocimientos, las capacidades y las actitudes esenciales vinculadas a cada una de ellas.

De conformidad con lo establecido en el artículo 2.2 del real decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, las competencias del currículo serán las siguientes:

a) Comunicación lingüística.
b) Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.
c) Competencia digital.
d) Aprender a aprender.
e) Competencias sociales y cívicas.
f) Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.
g) Conciencia y expresiones culturales.

Para una adquisición eficaz de las competencias y su integración efectiva en el currículo, deberán diseñarse actividades de aprendizaje integradas que permitan al alumnado avanzar hacia los resultados de aprendizaje de más de una competencia al mismo tiempo.

Se potenciará el desarrollo de las competencias Comunicación lingüística, Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.

2. OBJETIVOS DE LA ETAPA

Según lo establecido en el artículo 11 del Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, 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 y la igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y hombres, 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 y ellas. Rechazar la discriminación de las personas por razón de sexo o por cualquier otra condición o circunstancia personal o social.

Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.

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. Adquirir una preparación básica en el campo de las tecnologías, especialmente las de la información y la comunicación.

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 su persona, 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, en su caso, en la lengua asturiana, 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 otras personas, así como el patrimonio artístico y cultural.

k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de otras personas, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.

3. METODOLOGÍA

Durante los primeros días del curso académico se revisa que los alumnos puedan entrar en la plataforma Educamos y se facilita al alumnado nuevo las distintas credenciales digitales que les permitan acceder a dicha plataforma.
En las primeras semanas, se desarrollan actividades de formación destinadas al alumnado, que permitan el conocimiento y el manejo de sus libros, aplicaciones y plataformas digitales que se utilizarán a lo largo del curso en cualquiera de los escenarios previsibles.

La plataforma Educamos será el medio de información y comunicación con familias y alumnos en cualquiera de los escenarios (presencialidad o no presencialidad debido a posibles cuarentenas o aislamientos por indicación de las autoridades sanitarias).

Los recursos educativos y las herramientas digitales que se van a utilizar en el proceso de enseñanza-aprendizaje están incluidas dentro de la plataforma Educamos (libros digitales, entorno virtual de aprendizaje, aplicaciones del Office 365).

La metodología didáctica ha de tener un carácter abierto y flexible, que contemple adaptaciones a la diversidad de capacidades e intereses que nos vamos a encontrar en el aula. Por ello debemos prever distintos niveles de dificultad o profundización en nuestras tareas. Además el proceso de enseñanza-aprendizaje debe estar sistematizado y secuenciado, con propuestas educativas que, sobre la base de los conocimientos, actitudes y procedimientos adquiridos previamente, supongan esfuerzos respecto a situaciones anteriores. Una flexibilización en los métodos de aprendizaje supone emplear una dinámica activa, participativa y comunicativa, que atienda a los problemas individuales procurando la integración de todos en todas las actividades que desarrollemos.

En cuanto a los **métodos de enseñanza** primaré los basados en el descubrimiento ya que implican mucho más cognitivamente al alumno/a que los de reproducción, aunque estos sean también necesarios a la hora de impartir ciertos contenidos procedimentales, como la técnica de un deporte, pero siempre asegurando una práctica "variada", no estereotipada y que implique cognitivamente, procurando a la vez que no haya una variación extrema respecto al modelo ideal (concepto de Variabilidad de la práctica de Schmidt, defendido en nuestro país por Ruiz Pérez).

Respecto al tipo de **estrategia** resulta obvio que utilizaremos más la global que la analítica, tal y como recomienda el currículo: "la estrategia global será el camino básico de actuación, por su funcionalidad y aplicabilidad directa a situaciones reales que motivarán al alumno". Sin embargo debemos mantener una actitud abierta a la combinación con la analítica, ya que en algunos casos estas eliminan riesgos y facilitan la progresión, por ejemplo en el aprendizaje de un gesto técnico, aunque siempre teniendo en cuenta no "agredir" con la técnica, ya que nuestro objetivo nunca es el rendimiento deportivo.

Por otra parte intentaremos animar al alumnado en sus aprendizajes a través de **refuerzos positivos** para ayudarles a generar un sentimiento de autoestima, de capacidad de competencia imprescindible para la práctica físico-deportiva y a la vez evitar que se desmotiven. En la misma línea, intentaremos finalizar las clases con actividades de bajo nivel de dificultad para que los alumnos acaben con **buenas sensaciones**.

Concebimos la educación como un proceso constructivo en el que la actitud que mantienen profesor y alumno permite el aprendizaje significativo, a través de un **modelo de enseñanza receptivo-comprensivo**, donde el alumno se convierte en motor de su propio proceso de aprendizaje y el profesor ejerce el papel de guía, ya que pone en contacto los conocimientos y las experiencias previas del alumno con los nuevos conocimientos ajustando la ayuda pedagógica en cada momento.

Esta concepción educativa se basa en el **aprendizaje significativo,** que se caracteriza por partir del nivel de desarrollo del alumnado tanto a nivel físico como cognitivo, conectando con sus necesidades, intereses, capacidades y experiencias de la vida cotidiana ya que la motivación es un elemento imprescindible en el proceso de enseñanza-aprendizaje, por lo que los contenidos que impartimos han de ser **funcionales**, es decir, que les encuentren una utilidad directa, incrementando la actividad cognitiva, motriz, social y afectiva del alumnado.

Es conveniente, dejar constancia, de que en función de una unidad didáctica u otra, se utilizarán unas propuestas u otras, o incluso una mezcla de ellas, ya que, como bien reflejaba Delgado Noguera: *"El profesor eficaz debe dominar diferentes estilos de enseñanza y los aplicará según un análisis previo de la situación. Deberá saber combinarlos convenientemente según los objetivos y transformarlos creando unos nuevos que se adecuen a la personalidad del profesor, las características de los alumnos, los contenidos de enseñanza y, sobre todo, los objetivos educativos que pretendemos lograr"* (Delgado Noguera, M.A., 1991).

Por último, la educación en valores, goza de una gran importancia dentro de la EF, siendo trabajada en innumerables actividades dentro de esta materia. Por ejemplo, en esta programación, se utiliza una metodología cooperativa en la que todos los alumnos deben cooperar sin distinción de sexo, religión, país de procedencia, etc., con el fin de conseguir los objetivos predeterminados.

El proceso de enseñanza y aprendizaje de la Educación Física en la etapa anterior, continuará en esta y contribuirá al desarrollo integral de los y las adolescentes,

basándose en la maduración del conjunto de competencias. Las mismas, culmen de la formación obligatoria, serán posibles de alcanzar gracias a la adquisición de las siguientes capacidades:

- Realizar actividad física de forma autónoma y correcta, aplicando aprendizajes y conocimientos adquiridos, y adaptándolos a condiciones de ejecución que favorezcan la autoestima.
- Construir un estilo de vida activo que incluya la práctica de actividad física así como hábitos positivos relativos a la alimentación, higiene, descanso y movilidad saludable.
- Alcanzar y mantener una forma física saludable acorde a la edad, intereses, capacidades y posibilidades individuales.
- Realizar con autonomía actividad física de naturaleza diversa, respetando sus fases según las condiciones particulares de la práctica, tanto en el centro educativo como en el entorno, con un enfoque social y abierto.
- Aprender a dosificar el esfuerzo tolerando la fatiga física y mental, perseverando o adaptando, en su caso, las metas establecidas.
- Practicar con eficacia deportes individuales, de adversario y colectivos, de tipo convencional, alternativo y tradicional, asumiendo sus dificultades condicionales, técnicas y tácticas específicas y conociendo las posibilidades deportivas del entorno cercano.
- Utilizar creativamente los recursos expresivos y rítmicos corporales desarrollando propuestas escénicas de forma individual y colectiva.
- Opinar de forma crítica sobre distintos aspectos del fenómeno deportivo distinguiendo los elementos positivos de los negativos, como espectadores o espectadoras y practicantes.
- Realizar actividades físico-deportivas de bajo impacto en el entorno próximo y en el medio natural, valorando las posibilidades del Principado de Asturias y el contexto de los centros educativos para la práctica corporal, y contribuyendo a la conservación de los mismos.
- Participar progresivamente en actividades y eventos deportivos de diversa índole de carácter social y popular con un enfoque saludable.
- Conocer y considerar los beneficios y riesgos derivados de la realización de actividad física, adoptando las medidas preventivas y de seguridad necesarias, y activando los protocolos de actuación en caso necesario**.**
- Desarrollar habilidades sociales basadas en el respeto mutuo, que promuevan el trabajo en equipo y la solución dialogada de conflictos, participando en actividades de mejora corporal, expresivas, juegos y deportes, independientemente de cualquier diferencia y valorándolas como factor de integración social**.**
- Usar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación para el desarrollo de los aprendizajes, así como para la puesta en práctica autónoma de los mismos.

RECURSOS DIDÁCTICOS todos los elementos disponibles en el colegio comunes en todas las clases como pueden ser proyector, ordenadores, cámaras de foto y video, y además todos los materiales del seminario de educación física como balones, cuerdas, colchonetas, porterías, canastas, etc..

MATERIALES CURRICULARES como pueden ser apuntes, videos, artículos científicos, páginas web, etc.…

La metodología didáctica ha de tener un carácter abierto y flexible, que contemple adaptaciones a la diversidad de capacidades e intereses que nos vamos a encontrar en el aula. Por ello debemos prever distintos niveles de dificultad o profundización en nuestras tareas. Además el proceso de enseñanza-aprendizaje debe estar sistematizado y secuenciado, con propuestas educativas que, sobre la base de los conocimientos, actitudes y procedimientos adquiridos previamente, supongan

esfuerzos respecto a situaciones anteriores. Una flexibilización en los métodos de aprendizaje supone emplear una dinámica activa, participativa y comunicativa, que atienda a los problemas individuales procurando la integración de todos en todas las actividades que desarrollemos.

En cuanto a los métodos de enseñanza primaré los basados en el descubrimiento ya que implican mucho más cognitivamente al alumno/a que los de reproducción, aunque estos sean también necesarios a la hora de impartir ciertos contenidos procedimentales, como la técnica de un deporte, pero siempre asegurando una práctica "variada", no estereotipada y que implique cognitivamente, procurando a la vez que no haya una variación extrema respecto al modelo ideal (concepto de Variabilidad de la práctica de Schmidt, defendido en nuestro país por Ruiz Pérez).

Respecto al tipo de estrategia resulta obvio que utilizaremos más la global que la analítica, tal y como recomienda el currículo: "la estrategia global será el camino

básico de actuación, por su funcionalidad y aplicabilidad directa a situaciones reales que motivarán al alumno". Sin embargo debemos mantener una actitud abierta a la combinación con la analítica, ya que en algunos casos estas eliminan riesgos y facilitan la progresión, por ejemplo en el aprendizaje de un gesto técnico, aunque siempre teniendo en cuenta no "agredir" con la técnica, ya que nuestro objetivo nunca es el rendimiento deportivo.

Por otra parte intentaremos animar al alumnado en sus aprendizajes a través de refuerzos positivos para ayudarles a generar un sentimiento de autoestima, de capacidad de competencia imprescindible para la práctica físico-deportiva y a la vez evitar que se desmotiven. En la misma línea, intentaremos finalizar las clases con actividades de bajo nivel de dificultad para que los alumnos acaben con buenas sensaciones.

Concebimos la educación como un proceso constructivo en el que la actitud que mantienen profesor y alumno permite el aprendizaje significativo, a través de un modelo de enseñanza receptivo-comprensivo, donde el alumno se convierte en motor de su propio proceso de aprendizaje y el profesor ejerce el papel de guía, ya que pone en contacto los conocimientos y las experiencias previas del alumno con los nuevos conocimientos ajustando la ayuda pedagógica en cada momento.

Esta concepción educativa se basa en el aprendizaje significativo, que se caracteriza por partir del nivel de desarrollo del alumnado tanto a nivel físico como cognitivo, conectando con sus necesidades, intereses, capacidades y experiencias de la vida cotidiana ya que la motivación es un elemento imprescindible en el proceso de enseñanza-aprendizaje, por lo que los contenidos que impartimos han de ser funcionales, es decir, que les encuentren una utilidad directa, incrementando la actividad cognitiva, motriz, social y afectiva del alumnado.

Es conveniente, dejar constancia, de que en función de una unidad didáctica u otra, se utilizarán unas propuestas u otras, o incluso una mezcla de ellas, ya que, como bien reflejaba Delgado Noguera: "El profesor eficaz debe dominar diferentes estilos de enseñanza y los aplicará según un análisis previo de la situación. Deberá saber combinarlos convenientemente según los objetivos y transformarlos creando unos nuevos que se adecuen a la personalidad del profesor, las características de los alumnos, los contenidos de enseñanza y, sobre todo, los objetivos educativos que pretendemos lograr" (Delgado Noguera, M.A., 1991).

METODOLOGÍA NO PRESENCIAL

La metodología a seguir siempre que sea posible por encontrarse bien de salud, será a base de tareas propuestas en los distintas aplicaciones TIC (OneNote, Forms, EVA, Genially, Kahoot, TikTok) las cuales se registraran en las dichas aplicaciones o por medio del correo de Educamos, dichas tareas serán de forma escrita, o mediante captura de imágenes, audios, videos. Tendrán un tiempo de realización superior a la propia sesión por la dificultad tanto de realización, como en algunos casos de edición y envío del producto final de la tarea.

Evaluación inicial:

El proceso de evaluación inicial engloba acciones que permiten identificar el nivel competencial inicial, así como la detección de las necesidades particulares de atención educativa y la situación global del grupo. Este planteamiento implica las siguientes actuaciones:

1. La revisión de los informes individualizados del alumnado, así como de los informes que constan en las actas de evaluación y en las correspondientes memorias de final de curso y en los informes emitidos por el centro de origen en el caso del alumnado procedente de otros centros.
2. La realización de actividades para determinar el nivel competencial inicial del alumnado en las áreas, materias o ámbitos.
3. La coordinación y la adopción de acuerdos, por parte de los órganos de coordinación docente, sobre el grado de desarrollo de las competencias y de las principales necesidades detectadas.
4. La adopción de las medidas pertinentes de refuerzo y apoyo para aquellos alumnos y alumnas que lo precisen, sin perjuicio de cuantas otras medidas de atención a la diversidad se estimen pertinentes.
5. Se valorará la situación del alumnado que en último trimestre del curso anterior se hubiera encontrado en situación vulnerable por motivos familiares, sociales, económicos o de brecha digital.
6. Se prestará especial atención al alumnado de nueva incorporación al centro educativo.

4. CONTRIBUCIÓN DE LA MATERIA AL LOGRO DE LAS COMPETENCIAS CLAVE ESTABLECIDAS PARA LA ETAPA

A continuación, se muestra la relación existente entre las competencias clave y el área de educación física.

La contribución de la Educación Física a la competencia en comunicación lingüística se concretará incentivando la adquisición y aplicación de la terminología propia y específica de la materia, de las disciplinas que la originan y las que se derivan de ella, y el fomento de una expresión oral y escrita adecuada a los entornos en los que se desarrolla.

Respecto a la competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología, la contribución de la materia se concretará a través del planteamiento de problemas que requieran operaciones matemáticas, cálculo y representación espacial para su solución, así como la transferencia de conocimientos sobre el cuerpo humano, mecánica básica, uso de herramientas, máquinas o funciones que explican directamente o por analogía la complejidad del movimiento humano y sus factores cuantitativos y cualitativos.

Será contribución propia de la materia a la competencia digital todo aquello que implique la formación final de un entorno personal de aprendizaje integrado por plataformas, páginas virtuales, foros, blogs, aplicaciones, etc., partiendo de los recursos que le son cercanos, en donde el alumnado dispondrá de información organizada para su consulta y trabajo autónomo.

Por otra parte, la posibilidad de realizar aprendizajes autodidactas, la asimilación de principios de búsqueda de información y la elaboración de soluciones acabadas,

desarrolla la autoestima del alumnado y lo encamina a una de las premisas de la Educación Física en la etapa de Educación Secundaria Obligatoria, la del aprendizaje permanente que se basa en la competencia aprender a aprender.

De forma especial la materia contribuye al desarrollo de las competencias sociales y cívicas, sobre todo las relativas a la interacción con el entorno. En el transcurso de los procesos de enseñanza y aprendizaje se introducen e integran normas y principios de convivencia democrática complementados con datos históricos que explican la evolución de la actividad física y su influencia social.

La contribución a la competencia en sentido de iniciativa y espíritu emprendedor se establece desde la Educación Física en la medida que permite adquirir actitudes y aptitudes relacionadas entre sí, oscilando desde la imaginación individual hasta la proyección colectiva, aplicándose con esfuerzo y responsabilidad.

La comprensión, aprecio y valoración de las diversas formas que adopta la motricidad humana a través del tiempo y en diferentes sociedades, como un patrimonio común del que extraer enseñanzas que sobrepasan lo característico y puramente corporal, es la contribución de la materia a la competencia en conciencia y expresiones culturales.

Todas estas competencias deberán alcanzarse con propuestas didácticas a través de tareas individuales, actividades complejas y bajo componentes sociales, como pueden ser trabajos por proyectos, centros de interés, elaboraciones en grupo, etc., que integran todo tipo de saberes y que buscan instaurar en nuestro alumnado hábitos de vida saludable, y autonomía en permanente aprendizaje.

5. CONTENIDOS DEL CURRICULO OFICIAL

			CONTENIDOS
Bloque 3. Habilidades deportivas y juegos - Juegos y deportes individuales convencionales, tradicionales y alternativos distintos a los trabajados en el año anterior. - Modelos técnicos y fases de ejecución de los mismos. - Los ejes corporales de movimiento: nombre, recorrido y giros. - Juegos y deportes	Bloque 4. Actividades de adaptación al entorno y al medio natural - La orientación deportiva. Conocimiento de los recursos para la orientación; signos naturales y de fortuna, planos, mapas y brújula. - Iniciación a prácticas senderistas. - Uso básico del mapa, el plano y la brújula para	Bloque 5. Actividades corporales de ritmo y expresión - El cuerpo expresivo: la tensión y relajación muscular global como vehículo emotivo. - La mímica corporal. - Diferencias entre baile, danza y coreografía. - La reproducción, variación y creación escénica y coreográfica. - El ritmo corporal y musical. Uso del	Bloque 6. Elementos comunes - Uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación para captar, buscar, leer, seleccionar, diseñar y presentar información de distinto tipo de forma colectiva. - Valoración fundada de datos,

de adversario:	orientarse.	cuerpo como	hechos y
práctica progresiva de	- Instalaciones	instrumento musical:	circunstancias
sus fundamentos	deportivas y	percusiones y	relativos a la
técnicos y	recreativas del	fonaciones.	actividad física
reglamentarios.	entorno: importancia	- El espacio como	propia o ajena.
- Juegos y deportes	social, cultural y	variable expresiva:	- Comunicación
colectivos de	sanitaria.	directo y curvo.	oral, escrita o
colaboración y de	- La seguridad en el		gráfica,
colaboración-	entorno natural y las		progresivamente
oposición: práctica	instalaciones		específica y
progresiva de sus	deportivas en la		correcta de
fundamentos técnicos,	naturaleza.		conocimientos,
tácticos y	- Adecuación de la		ideas,
reglamentarios.	práctica de		experiencias, etc.

consciente. - Autoestima e imagen corporal. Análisis crítico de los modelos de belleza. - Efectos de las sustancias tóxicas en la salud y en el rendimiento físico-motor: alcohol, tabaco, cannabis, etc. - Consecuencias negativas del ejercicio físico incorrecto: lesiones más frecuentes y patologías. - Higiene corporal, íntima y postural en el desarrollo de actividades físicas cotidianas e intencionales. - El sedentarismo: causas evitables y consecuencias. - Estructura de la actividad física: intensidades característica s. - Diseño de ejercicios físicos iniciales y de recuperación.	válidas y fiables.	- La conducción del móvil como base del dominio individual en los deportes de colaboración-oposición. - La táctica de los deportes individuales, individuales de oposición, de colaboración y de oposición-colaboración. - Los requisitos condicionales y coordinativos en los deportes: consecuencias tácticas. - Historia, terminología y representación gráfica progresiva de los deportes aplicados. - Análisis crítico de la información deportiva generalista o específica. - La violencia en el marco deportivo. - Juegos cooperativos: alternativos, tradicionales	actividades físicas en el entorno natural. - Adecuación de la alimentación e hidratación.	

- Seguridad en la actividad física: medidas preventivas generales y específicas según las características de la misma. - Protección y autoprotección en caso de emergencia. - El protocolo P.A.S. (Proteger-Avisar-Socorrer).		asturianos o foráneos, de aplicación deportiva, etc. - Juegos tradicionales asturianos de precisión: los bolos, la llave, etc. - Origen lúdico del deporte. Evolución: factores y consecuencias .		

6.CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES ASOCIADOS A CADA CRITERIO

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	Estándares de aprendizaje
1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de: - Diferenciar habilidades deportivas individuales y sus fases respetando sus condiciones y ejecutándolas con seguridad. - Observar y reconocer las fases de las habilidades específicas propuestas en ejecuciones ajenas, comparándolas con laspropias. - Conocer el nombre, posturas y movimientos implicados deotras habilidades específicas, considerando los ejes corporales. - Practicar con constancia y atendiendo a sus exigencias los ejercicios propuestos para la adquisición y consolidación dehabilidades individuales específicas distintos al año anterior. - Realizar recorridos en el entorno cercano utilizando mapa y brújula, comprendiendo su complementariedad y verbalizando los procedimientos de uso.	• Aplica los aspectos básicos de habilidadesespecíficas,de las a las reglas y normas establecida • Autoevalúa su ejecución con r • Describe la forma de realizar l enelmodelo técnico. • Mejora su nivel en la ejecuc técnicas respecto a su nivel de esfuerzo, auto exigencia y supe • Explica y pone en práctica téc entornos noestables y técnicas adaptándose a las variaciones esfuerzo en funciónde sus posib
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos. Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de: - Reproducir corporalmente escenas reconocibles, históricas ocotidianas. - Producir individual o colectivamente composiciones estéticas aplicando la variable espacial. - Utilizar la tensión y relajación muscular para expresar estados deánimo, sentimientos, emociones, etc. - Reproducir secuencias motrices rítmicas sencillas colectivas, progresando en otras más complejas de forma individual, por parejas o en pequeño grupo. - Presentar un baile, una danza o una secuencia rítmica colectiva original	• Utiliza técnicas corporales, de combinandoespacio,tiempo e in • Crea y pone en práctica una s corporales ajustados a un ritmo • Colabora en el diseño y la real adaptando su ejecución a la de s • Realiza improvisaciones como comunicaciónespontánea.

o no, con ritmo musical u otros. - Conocer y reproducir básicamente danzas asturianas de pareja.	
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de: - Utilizar los desplazamientos con y sin móvil para desmarcarse en ejercicios de aplicación y juegos deportivos adaptados. - Aplicar los fundamentos técnicos de los deportes propuestosen situaciones progresivas y adaptadas. - Practicar de forma básica modalidades deportivas individuales de oposición (adversario), comprendiendo sus exigencias condicionales y coordinativas. - Conocer y aplicar los fundamentos tácticos de los deportes propuestos de forma básica y progresiva, extrayendo sus principioscomunes. - Practicar en situaciones adaptadas y de complejidad creciente los fundamentos técnicos de los deportes colectivos seleccionados, especialmente las conducciones. - Conocer y practicar de forma progresiva modalidades recreativas co- ejecutivas, respetando sus condiciones ergonómicas y deseguridad. - Relatar y valorar las soluciones aplicadas a los problemas tácticos propuestos generalizándolos a otro deporte similar.	• Adapta los fundamentos técnic ventajaenla práctica de las activ oposición o de colaboración-op • Describe y pone en práctica d de organización de ataque y de físico- deportivas de oposición c seleccionadas. • Discrimina los estímulos que h toma de decisiones en las situa oposición y colaboración-oposic cumplir el objetivo delaacción. • Reflexiona sobre las situacion oportunidad de las soluciones a situacionessimilares.
4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de: - Practicar ejercicios que impliquen tipos y componentes variados derivados de las capacidades físicas básicas y de las cualidades perceptivo-motrices. - Realizar actividades variadas de ejercitación física que permitan valorar diferentes vías de obtención energética y su relación con los alimentos.	• Analiza la implicación de las c lascoordinativas en las diferente y artístico-expresivas trabajada • Asocia los sistemas metabólic conlos diferentes tipos de activi lasalud. • Relaciona las adaptaciones o sistemática, así como, con la sa contraindicaciones de la práctica • Adapta la intensidad del esfue frecuenciacardiacacorrespondie de los diferentesfactores

- Conocer las características de la actividad física saludable (adecuación- continuidad-organización-progresión) y los efectos negativos de la actividad física mal diseñada. - Valorar los efectos negativos del consumo de tóxicos (tabaco, alcohol, cannabis, etc.) y su influencia en el rendimiento físico-motor. - Adecuar el esfuerzo orgánico utilizando la frecuencia cardíaca como indicador saludable. - Comprender el concepto de zona de trabajo aeróbico y aplicarlo de forma práctica. - Interpretar el pulso cardíaco en relación a la zona de trabajoaeróbico. - Aplicar distintas pruebas de valoración condicional, físicas, motrices y deportivas, entendiendo sus criterios de objetividad, validezyfiabilidad.	de la condición física. • Aplica de forma autónoma p autoevaluarlos factores de la • Identifica las características físicas para ser consideradas crítica frente a las prácticas q salud.
5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de autoexigencia en su esfuerzo. Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de: - Practicar, diferenciar y comprender los sistemas generalesdedesarrollo de las capacidades físicas básicas. - Mejorar la resistencia aeróbica y la fuerza dinámica en el conjunto de la condición física saludable, realizando pruebas acordes a la edad y desarrollo del alumnado. - Utilizar de forma generalizada los fundamentos ergonómicos en diferentes posiciones: flexión de rodillas, bipedestación y sedestación equilibradas, supinación, pronación, posición lateral de seguridad,etc. - Conocer y comprender los efectos del ejercicio físico continuo y correcto en cada una de las capacidades físicas básicas.	• Participa activamente en la m físicas básicas desde un enfoc métodosbásicospara su desar • Alcanza niveles de condición momento dedesarrollo motor y • Aplica los fundamentos de hi delas actividades físicas como delesiones. • Analiza la importancia de la p física para la mejora de la propi el efecto de esta práctica con l
6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas. Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de: - Diseñar y presentar ejercicios físicos válidos para iniciar y finalizar la actividad física.	• Relaciona la estructura de un física conlaintensidad de los e • Prepara y realiza calentamien sesión de forma autónoma y ha • Prepara y pone en práctica a mejora delas habilidades motri propiasdificultades.

- Conocer y practicar distintos ejercicios mentales de activación y relajación. - Aplicar autónomamente las habilidades motrices básicas en situaciones de dificultad progresiva en entornos estables y variables como: circuitos progresivos, ejercicios y actividades de oposición, cooperación y cooperación-oposición, adaptación al entorno, rítmico-expresivos,etc. - Realizar ejercicios sencillos, seguros y válidos para iniciar laactividad física como: carrera continua, estiramientos globales y locales, coordinaciones simples, etc. - Realizar ejercicios sencillos y válidos para finalizar la actividad física como: caminar, respirar conscientemente, estirar global y localmente, reposar en posiciones ergonómicas, etc.	
7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los y las demás y aceptando sus aportaciones. Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de: - Observar, registrar y valorar el desarrollo de actividades deportivas, lúdicas, expresivas, etc., siguiendo los criterios establecidos. - Conocer y analizar el fenómeno de la violencia general en el marco deportivo. - Participar de forma ordenada en las actividades colectivas, aceptando la aportación del resto de participantes y asumiendo como propio el éxito o fracaso de tareas comunes. - Reconocer el propio nivel de destreza, valorando y proponiendosu aportación al trabajo colectivo. - Considerar la diversidad en la formación de agrupamientos, aplicando distintos criterios para establecer liderazgos.	• Muestra tolerancia y deportiv departicipantecomo de espect • Colabora en las actividades g lasaportacionesde los demás y asumiendo sus responsabilida los objetivos. • Respeta a los demás dentro equipo, conindependencia del
8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.	• Conoce las posibilidades que realizaciónde actividades físico • Respeta el entorno y lo valora

Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de: - Utilizar instalaciones recreativas y deportivas ajenas al centro, comprendiendo su importancia socio-sanitaria, como boleras, parques, paseos, piscinas, etc. - Investigar y presentar información del entorno de su concejo, identificando lugares donde se puede realizar actividad física de manera segura, tanto en el medio terrestre, como el acuático o aéreo. - Distinguir y comparar la información deportiva de la prensa generalista y especializada, utilizando diferentes criterios para su análisis: cantidad, género representado, poder económico, número de practicantes, etc.	realización de actividades físic • Analiza críticamente las actit con el tratamiento del cuerpo, física y el deporte en el context
9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo. Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de: - Colaborar en la organización de la clase comprendiendo su valor preventivo, respetando especialmente las fases de esfuerzo ydescanso. - Comprender y aceptar las limitaciones propias y ajenas para la realización de ciertas habilidades. - Realizar ejercicios y actividades que impliquen cooperación y colaboración. - Colaborar en el transporte de materiales voluminosos, pesados o frágiles. - Conocer y practicar las medidas de protección y autoprotección en caso de incendio u otras circunstancias peligrosas. - Conocer y comprender el significado de la sigla y protocolo P.A.S. (Proteger-Avisar-Socorrer). - Valorar el número general de emergencias 112 y los servicios que presta. - Conocer las características de los espacios no escolares donde se desarrollan actividades físicas, identificando sus señales de evacuación, salidas de emergencia, zonas de refugio o prohibidas, etc. - Practicar actividades en el medio natural o entorno cercano con el	• Identifica las características de físico-deportivas y artísticoexpre un elemento de riesgo para sí m • Describe los protocolos a segu de emergencia y de protección c • Adopta las medidas preventiva actividades desarrolladas duran especialcuidadocon aquellas qu estable

equipamiento adecuado.	
10. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos. Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de: - Buscar y seleccionar información presentándola adecuadamentey citando el origen de la misma, en soporte digitalpreferentemente. - Diseñar una presentación impresa o digital utilizando imágenes obtenidas de internet, con añadidos de sobreimpresión, de sonido, o ambos. - Grabar imágenes de personas ajenas o actividades realizadas en clase, seleccionando y presentando digitalmente las más relevantes en relación al contenido de aprendizaje. - Representar de manera gráfica relaciones entre dos o másdatos. - Seleccionar información de carácter visual, auditivo o conjunto, de procedencia variada, en relación con el cuerpo y presentarla públicamente mediante recursos digitales.	• Utiliza las Tecnologías de la In elaborar documentos digitales p imagen, video, sonido,…), como búsqueda, análisis yselección d • Expone y defiende trabajos e en el contexto social, relacion lacorporalidad, utilizando recurs

7. UNIDADES DIDÁCTICAS

Para la programación de las unidades didácticas se partirá de las propuestas de mejora recogidas en la memoria final del curso 2020/2021, los análisis y propuestas de los informes finales de los órganos de coordinación docente (seminarios).

Se tendrán también en consideración los resultados de la evaluación inicial, puesto que permitirán identificar el grado de consolidación de los aprendizajes del curso anterior para asegurar la continuidad de los procesos educativos de todo el alumnado.

Los aprendizajes esenciales no adquiridos en el curso anterior se irán adquiriendo interconectados con nuevos aprendizajes durante el presente curso.

- El calentamiento

- Objetivos

- Conocer el concepto, la importancia y los objetivos tanto del calentamiento general y específico, como de la vuelta a la calma a la hora de llevar a cabo una actividad física.
- Recopilar y realizaractividades, ejercicios y juegos aplicados al calentamiento general y específico.
- Disfrutar a la hora de llevar a cabo el calentamiento general y específico.
- Elaborar en grupos un calentamiento general y específico.

- Contenidos

- Objetivos del calentamiento. Calentamiento General y específico.
- Capacidades físicas relacionadas con la salud: resistencia aeróbica yflexibilidad.
- Relación entre hidratación y práctica de ejercicio físico.
- Identificación y realización de juegos y ejercicios dirigidos al calentamiento.

- Criterios de evaluación con sus indicadores

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de:

- Diferenciar habilidades deportivas individuales y sus fases respetando sus condiciones y ejecutándolas con seguridad.
- Observar y reconocer las fases de las habilidades específicas propuestas en ejecuciones ajenas, comparándolas con laspropias.
- Conocer el nombre, posturas y movimientos implicados deotras habilidades específicas, considerando los ejescorporales.
- Practicar con constancia y atendiendo a sus exigencias los ejercicios propuestos para la adquisición y consolidación de habilidadesindividuales específicas distintos al año anterior.
- Realizar recorridos en el entorno cercano utilizando mapa y brújula, comprendiendo su complementariedad y verbalizando losprocedimientos de uso.

4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de:

- Practicar ejercicios que impliquen tipos y componentes variados derivados de las capacidades físicas básicas y de las cualidades perceptivo-motrices.
- Realizar actividades variadas de ejercitación física que permitan valorar diferentes vías de obtención energética y su relación con losalimentos.
- Conocer las características de la actividad física saludable (adecuación- continuidad-organización-progresión) y los efectos negativos de la actividad física mal diseñada.
- Valorar los efectos negativos del consumo de tóxicos (tabaco, alcohol, cannabis, etc.) y su influencia en el rendimientofísico-motor.
- Adecuar el esfuerzo orgánico utilizando la frecuencia cardíaca como indicador saludable.
- Comprender el concepto de zona de trabajo aeróbico y aplicarlo de forma práctica.
- Interpretar el pulso cardíaco en relación a la zona de trabajo aeróbico.

- Aplicar distintas pruebas de valoración condicional, físicas, motrices y deportivas, entendiendo sus criterios de objetividad, validezy fiabilidad.

5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los

márgenes de la salud, mostrando una actitud de autoexigencia en su esfuerzo.
Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de:

- Practicar, diferenciar y comprender los sistemas generalesde desarrollo de las capacidades físicas básicas.
- Mejorar la resistencia aeróbica y la fuerza dinámica en el conjunto de la condición física saludable, realizando pruebas acordes a la edad y desarrollo del alumnado.
- Utilizar de forma generalizada los fundamentos ergonómicos en diferentes posiciones: flexión de rodillas, bipedestación y sedestación equilibradas, supinación, pronación, posición lateral de seguridad,etc.
- Conocer y comprender los efectos del ejercicio físico continuo y correcto en cada una de las capacidades físicas básicas.

6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas. Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de:

- Diseñar y presentar ejercicios físicos válidos para iniciar y finalizar la actividad física.
- Conocer y practicar distintos ejercicios mentales de activación y relajación.
- Aplicar autónomamente las habilidades motrices básicas en situaciones de dificultad progresiva en entornos estables y variables como: circuitos progresivos, ejercicios y actividades de oposición, cooperación y cooperación-oposición, adaptación al entorno, rítmico-expresivos,etc.
- Realizar ejercicios sencillos, seguros y válidos para iniciarla actividad física como: carrera continua, estiramientos globales y locales, coordinaciones simples, etc.
- Realizar ejercicios sencillos y válidos para finalizar la actividadfísica como: caminar, respirar conscientemente, estirar global y localmente, reposar en posiciones ergonómicas, etc.

9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo. Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de:

- Colaborar en la organización de la clase comprendiendo su valor preventivo, respetando especialmente las fases de esfuerzo y descanso.
- Comprender y aceptar las limitaciones propias y ajenas para la realización de ciertas habilidades.
- Realizar ejercicios y actividades que impliquen cooperación y colaboración.
- Colaborar en el transporte de materiales voluminosos, pesados o frágiles.
- Conocer y practicar las medidas de protección y autoprotección en caso de incendio u otras circunstancias peligrosas.
- Conocer y comprender el significado de la sigla y protocolo P.A.S. (Proteger-Avisar-Socorrer).
- Valorar el número general de emergencias 112 y los servicios que presta.
- Conocer las características de los espacios no escolares donde se desarrollan actividades físicas, identificando sus señales deevacuación, salidas de emergencia, zonas de refugio o prohibidas, etc.
- Practicar actividades en el medio natural o entorno cercano con el equipamiento adecuado.

- Condición física y salud

- Objetivos
- Conocer el nivel de condición física propio.
- Mejorar el nivel de condición física a través de la mejora de las capacidades físicas básicas.
- Identificar el ejercicio aeróbico como el más beneficioso para la salud.
- Conocer la importancia de hidratarse tanto en la vida cotidiana como de cara a la realización de actividad física.
- Desarrollar una actitud consciente y crítica respecto a los efectos perjudiciales del alcohol y el tabaco.
- Contenidos
- Control de intensidad del esfuerzo: ajuste del ritmo de carrera, toma de la fc y cálculo dela zona de actividad.

- Acondicionamiento físico general con especial incidencia en la resistenciaaeróbica y la flexibilidad, previa valoración del estado de condición física.
- Realización de actividades de baja intensidad al finalizar la práctica dela actividad motriz que lo precise.
- Realización de técnicas básicasde respiración.

- Reconocimiento y valoración de la relación existente entre una buena condición física y la mejora de las condiciones de salud.
- Reconocimiento y valoración de la importancia de la adopción de una postura correcta en actividades físicas y cotidianas.
- Efectos que tienen en la salud determinados hábitos como el consumo de tabaco yalcohol.
- Identificación y realización de juegos y ejercicios dirigidos al calentamiento.
- Criterios de evaluación con sus indicadores

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de:

- Diferenciar habilidades deportivas individuales y sus fases respetando sus condiciones y ejecutándolas con seguridad.
- Observar y reconocer las fases de las habilidades específicas propuestas en ejecuciones ajenas, comparándolas con laspropias.
- Conocer el nombre, posturas y movimientos implicados deotras habilidades específicas, considerando los ejescorporales.
- Practicar con constancia y atendiendo a sus exigencias los ejercicios propuestos para la adquisición y consolidación de habilidadesindividuales específicas distintos al año anterior.
- Realizar recorridos en el entorno cercano utilizando mapa y brújula, comprendiendo su complementariedad y verbalizando losprocedimientos de uso.

4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de:

- Practicar ejercicios que impliquen tipos y componentes variados derivados de las capacidades físicas básicas y de las cualidades perceptivo-motrices.
- Realizar actividades variadas de ejercitación física que permitan valorar diferentes vías de obtención energética y su relación con losalimentos.
- Conocer las características de la actividad física saludable (adecuación- continuidad-organización-progresión) y los efectos negativos de la actividad física mal diseñada.
- Valorar los efectos negativos del consumo de tóxicos (tabaco, alcohol, cannabis, etc.) y su influencia en el rendimientofísico-motor.
- Adecuar el esfuerzo orgánico utilizando la frecuencia cardíaca como indicador saludable.
- Comprender el concepto de zona de trabajo aeróbico y aplicarlo de forma práctica.
- Interpretar el pulso cardíaco en relación a la zona de trabajo aeróbico.
- Aplicar distintas pruebas de valoración condicional, físicas, motrices y deportivas, entendiendo sus criterios de objetividad, validezy fiabilidad.

5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de autoexigencia en su esfuerzo.
Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de:

- Practicar, diferenciar y comprender los sistemas generalesde desarrollo de las capacidades físicas básicas.
- Mejorar la resistencia aeróbica y la fuerza dinámica en el conjunto de la condición física saludable, realizando pruebas acordes a la edad y desarrollo del alumnado.
- Utilizar de forma generalizada los fundamentos ergonómicos en diferentes posiciones: flexión de rodillas, bipedestación y sedestación equilibradas, supinación, pronación, posición lateral de seguridad,etc.
- Conocer y comprender los efectos del ejercicio físico continuo y correcto en cada una de las capacidades físicas básicas.

6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas. Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de:

- Diseñar y presentar ejercicios físicos válidos para iniciar y finalizar la actividad física.
- Conocer y practicar distintos ejercicios mentales de activación y relajación.
- Aplicar autónomamente las habilidades motrices básicas en situaciones de dificultad progresiva en entornos estables y variables como: circuitos progresivos, ejercicios y actividades de oposición, cooperación y cooperación-oposición, adaptación al entorno, rítmico-expresivos,etc.
- Realizar ejercicios sencillos, seguros y válidos para iniciarla actividad física como: carrera continua, estiramientos globales y locales, coordinaciones simples, etc.

- Realizar ejercicios sencillos y válidos para finalizar la actividadfísica como: caminar, respirar conscientemente, estirar global y localmente, reposar en posiciones ergonómicas, etc.

9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo. Mediante este criterio

se valorará si el alumno o la alumna es capaz de:

- Colaborar en la organización de la clase comprendiendo su valor preventivo, respetando especialmente las fases de esfuerzo y descanso.
- Comprender y aceptar las limitaciones propias y ajenas para la realización de ciertas habilidades.
- Realizar ejercicios y actividades que impliquen cooperación y colaboración.
- Colaborar en el transporte de materiales voluminosos, pesados o frágiles.
- Conocer y practicar las medidas de protección y autoprotección en caso de incendio u otras circunstancias peligrosas.
- Conocer y comprender el significado de la sigla y protocolo P.A.S. (Proteger-Avisar-Socorrer).
- Valorar el número general de emergencias 112 y los servicios que presta.
- Conocer las características de los espacios no escolares donde se desarrollan actividades físicas, identificando sus señales deevacuación, salidas de emergencia, zonas de refugio o prohibidas, etc.
- Practicar actividades en el medio natural o entorno cercano con el equipamiento adecuado.

- Retos cooperativos

- Objetivos

- Desarrollar habilidades sociales basadas en el respeto mutuo, que promuevan el trabajo en equipo y la solución dialogada de conflictos, participando en actividades de mejora corporal, expresivas, juegos y deportes, independientemente de cualquier diferencia y valorándolas como factor de integración social

- Contenidos

- Desarrollo y valoración específica y saludable de la fuerza dinámica y de la resistencia aeróbica
- Práctica diferenciada, adaptada y específica de las cualidades perceptivo-motrices
- Las cualidades perceptivo-motrices: factores y tipos de cada una.
- Desarrollo físico-motor personal: aceptación y mejora consciente
- La agilidad: factores.
- Criterios de evaluación con sus indicadores

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.

Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de:

- Diferenciar habilidades deportivas individuales y sus fases respetando sus condiciones y ejecutándolas con seguridad.
- Observar y reconocer las fases de las habilidades específicas propuestas en ejecuciones ajenas, comparándolas con laspropias.
- Conocer el nombre, posturas y movimientos implicados deotras habilidades específicas, considerando los ejes corporales.
- Practicar con constancia y atendiendo a sus exigencias los ejercicios propuestos para la adquisición y consolidación de habilidadesindividuales específicas distintos al año anterior.
- Realizar recorridos en el entorno cercano utilizando mapa y brújula, comprendiendo su complementariedad y verbalizando losprocedimientos de uso.

4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.

Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de:

- Practicar ejercicios que impliquen tipos y componentes variados derivados de las capacidades físicas básicas y de las cualidades perceptivo-motrices.
- Realizar actividades variadas de ejercitación física que permitan valorar diferentes vías de obtención energética y su relación con losalimentos.
- Conocer las características de la actividad física saludable (adecuación- continuidad-organización-progresión) y los efectos negativos de la actividad física mal diseñada.

- Valorar los efectos negativos del consumo de tóxicos (tabaco, alcohol, cannabis, etc.) y su influencia en el rendimientofísico-motor.
- Adecuar el esfuerzo orgánico utilizando la frecuencia cardíaca como indicador saludable.
- Comprender el concepto de zona de trabajo aeróbico y aplicarlo de forma práctica.
- Interpretar el pulso cardíaco en relación a la zona de trabajo aeróbico.

- Aplicar distintas pruebas de valoración condicional, físicas, motrices y deportivas, entendiendo sus criterios de objetividad, validezy fiabilidad.

5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de autoexigencia en su esfuerzo.

Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de:

- Practicar, diferenciar y comprender los sistemas generalesde desarrollo de las capacidades físicas básicas.
- Mejorar la resistencia aeróbica y la fuerza dinámica en el conjunto de la condición física saludable, realizando pruebas acordes a la edad y desarrollo del alumnado.
- Utilizar de forma generalizada los fundamentos ergonómicos en diferentes posiciones: flexión de rodillas, bipedestación y sedestación equilibradas, supinación, pronación, posición lateral de seguridad,etc.
- Conocer y comprender los efectos del ejercicio físico continuo y correcto en cada una de las capacidades físicas básicas.

6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas. Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de:

- Diseñar y presentar ejercicios físicos válidos para iniciar y finalizar la actividad física.
- Conocer y practicar distintos ejercicios mentales de activación y relajación.
- Aplicar autónomamente las habilidades motrices básicas en situaciones de dificultad progresiva en entornos estables y variables como: circuitos progresivos, ejercicios y actividades de oposición, cooperación y cooperación-oposición, adaptación al entorno, rítmico-expresivos,etc.
- Realizar ejercicios sencillos, seguros y válidos para iniciarla actividad física como: carrera continua, estiramientos globales y locales, coordinaciones simples, etc.
- Realizar ejercicios sencillos y válidos para finalizar la actividadfísica como: caminar, respirar conscientemente, estirar global y localmente, reposar en posiciones ergonómicas, etc.

9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo. Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de:

- Colaborar en la organización de la clase comprendiendo su valor preventivo, respetando especialmente las fases de esfuerzo y descanso.
- Comprender y aceptar las limitaciones propias y ajenas para la realización de ciertas habilidades.
- Realizar ejercicios y actividades que impliquen cooperación y colaboración.
- Colaborar en el transporte de materiales voluminosos, pesados o frágiles.
- Conocer y practicar las medidas de protección y autoprotección en caso de incendio u otras circunstancias peligrosas.
- Conocer y comprender el significado de la sigla y protocolo P.A.S. (Proteger-Avisar-Socorrer).
- Valorar el número general de emergencias 112 y los servicios que presta.
- Conocer las características de los espacios no escolares donde se desarrollan actividades físicas, identificando sus señales deevacuación, salidas de emergencia, zonas de refugio o prohibidas, etc.
- Practicar actividades en el medio natural o entorno cercano con el equipamiento adecuado.

- Juegos populares

□ Objetivos

□ Conocer y distinguir los deportes asturianos de lanzamiento de precisión y sus normas básicas.

□ Adoptar la posición corporal adecuada para cada tipo de lanzamiento.

□ Efectuar lanzamientos alcanzando el objetivo perseguido.

□ Conocer, valorar y respetar el bagaje cultural del Principado de Asturias, y la importancia de la transmisión del mismo.

□ Contenidos

□ Distintos deportes de lanzamiento de precisión: bolos, rana, llave y patefa

- Características, formas de juego y reglamento de los mismos.
- Localización geográfica de los distintos juegos
- Investigación y documentación de los juegos de lanzamiento de precisión asturianos.
- Preparación y práctica del juego de la rana, los bolos, la llave y la patefa.
- Aplicación de las distintas reglas y organización de partidas.

- Criterios de evaluación con sus indicadores

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.

Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de:

- Diferenciar habilidades deportivas individuales y sus fases respetando sus condiciones y ejecutándolas con seguridad.
- Observar y reconocer las fases de las habilidades específicas propuestas en ejecuciones ajenas, comparándolas con las propias.
- Conocer el nombre, posturas y movimientos implicados de otras habilidades específicas, considerando los ejes corporales.
- Practicar con constancia y atendiendo a sus exigencias los ejercicios propuestos para la adquisición y consolidación de habilidades individuales específicas distintos al año anterior.
- Realizar recorridos en el entorno cercano utilizando mapa y brújula, comprendiendo su complementariedad y verbalizando los procedimientos de uso.

4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.

Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de:

- Practicar ejercicios que impliquen tipos y componentes variados derivados de las capacidades físicas básicas y de las cualidades perceptivo-motrices.
- Realizar actividades variadas de ejercitación física que permitan valorar diferentes vías de obtención energética y su relación con los alimentos.
- Conocer las características de la actividad física saludable (adecuación- continuidad- organización-progresión) y los efectos negativos de la actividad física mal diseñada.
- Valorar los efectos negativos del consumo de tóxicos (tabaco, alcohol, cannabis, etc.) y su influencia en el rendimiento físico-motor.
- Adecuar el esfuerzo orgánico utilizando la frecuencia cardíaca como indicador saludable.
- Comprender el concepto de zona de trabajo aeróbico y aplicarlo de forma práctica.
- Interpretar el pulso cardíaco en relación a la zona de trabajo aeróbico.
- Aplicar distintas pruebas de valoración condicional, físicas, motrices y deportivas, entendiendo sus criterios de objetividad, validez y fiabilidad.

5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de autoexigencia en su esfuerzo.

Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de:

- Practicar, diferenciar y comprender los sistemas generales de desarrollo de las capacidades físicas básicas.
- Mejorar la resistencia aeróbica y la fuerza dinámica en el conjunto de la condición física saludable, realizando pruebas acordes a la edad y desarrollo del alumnado.
- Utilizar de forma generalizada los fundamentos ergonómicos en diferentes posiciones: flexión de rodillas, bipedestación y sedestación equilibradas, supinación, pronación, posición lateral de seguridad,etc.
- Conocer y comprender los efectos del ejercicio físico continuo y correcto en cada una de las capacidades físicas básicas.

6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas. Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de:

- Diseñar y presentar ejercicios físicos válidos para iniciar y finalizar la actividad física.
- Conocer y practicar distintos ejercicios mentales de activación y relajación.
- Aplicar autónomamente las habilidades motrices básicas en situaciones de dificultad progresiva en entornos estables y variables como: circuitos progresivos, ejercicios y actividades de oposición, cooperación y cooperación-oposición, adaptación al entorno, rítmico-expresivos,etc.
- Realizar ejercicios sencillos, seguros y válidos para iniciar la actividad física como: carrera continua, estiramientos globales y locales, coordinaciones simples, etc.
- Realizar ejercicios sencillos y válidos para finalizar la actividad física como: caminar, respirar conscientemente, estirar global y localmente, reposar en posiciones ergonómicas, etc.

9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo. Mediante este criterio

se valorará si el alumno o la alumna es capaz de:

- Colaborar en la organización de la clase comprendiendo su valor preventivo, respetando especialmente las fases de esfuerzo y descanso.
- Comprender y aceptar las limitaciones propias y ajenas para la realización de ciertas habilidades.

- Realizar ejercicios y actividades que impliquen cooperación y colaboración.
- Colaborar en el transporte de materiales voluminosos, pesados o frágiles.
- Conocer y practicar las medidas de protección y autoprotección en caso de incendio u otras circunstancias peligrosas.
- Conocer y comprender el significado de la sigla y protocolo P.A.S. (Proteger-Avisar-Socorrer).
- Valorar el número general de emergencias 112 y los servicios que presta.
- Conocer las características de los espacios no escolares donde se desarrollan actividades físicas, identificando sus señales deevacuación, salidas de emergencia, zonas de refugio o prohibidas, etc.
- Practicar actividades en el medio natural o entorno cercano con el equipamiento adecuado.

- AL MEDIO NATURAL
- Objetivos
- Apreciar el medio natural como un lugar donde poder llevar a cabo numerosas actividades físicas, deportivas y de ocio que favorecen el bienestar personal y social.
- Respetar el entorno en el que conviven y apreciar el espacio natural que les rodea como hábito saludable.
- Conocer la oferta de actividades en el medio natural en Asturias.
- Concienciarse sobre el impacto de algunas actividades en el medio natural.
- Desarrollar la creatividad y las habilidades manuales.
- Realizar proyectos en grupos aportando ideas propias y resolviendo eventuales conflictos que puedan surgir
- Contenidos
- Diferentes tipos de actividades en el medio natural; Asturias como comunidad muy privilegiada.

Criterios de evaluación con sus indicadores

8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.

Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de:

- Utilizar instalaciones recreativas y deportivas ajenas al centro, comprendiendo su importancia socio-sanitaria, como boleras, parques, paseos, piscinas, etc.
- Investigar y presentar información del entorno de su concejo, identificando lugares donde se puede realizar actividad física demanera segura, tanto en el medio terrestre, como el acuático o aéreo.
- Distinguir y comparar la información deportiva de la prensa generalista y especializada, utilizando diferentes criterios para su análisis: cantidad, género representado, poder económico, número de practicantes, etc.

- Rugby Tag
- Objetivos
- Valorar la práctica habitual y sistemática de actividades físicas como medio para mejorar las condiciones de salud y calidad de vida, adoptando estilos de vida activos.
- Realizar tareas dirigidas al incremento de las posibilidades de rendimiento motor, a la mejora de la condición física para la salud y al perfeccionamiento de las cualidades motrices y agilidad (ajuste, dominio y control corporal), adoptando una actitud de autoexigencia en su ejecución.
- Conocer y realizar actividades deportivas y recreativas individuales, colectivas y de adversario, aplicando los fundamentos reglamentarios, técnicos y tácticos en situaciones de juego con progresiva autonomía en su ejecución.
- Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades, juegos y deportes, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de habilidad, valorando la actividad física como factor de integración social.
- Contenidos
- Los deportes de adversario como fenómeno social y cultural. Aspectos positivos y negativos.
- Participación de los alumnos y de las alumnas en los deportes impartidos.
- Realización de los juegos y actividades con elementos técnicos, tácticos y reglamentarios de los

deportes de adversario

- Práctica de los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios de un deporte colectivo.
- Respeto y aceptación de las normas de los deportes de adversario y de las establecidas
- Criterios de evaluación con sus indicadores

3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.
Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de:

- Utilizar los desplazamientos con y sin móvil para desmarcarse en ejercicios de aplicación y juegos deportivos adaptados.
- Aplicar los fundamentos técnicos de los deportes propuestos en situaciones progresivas y adaptadas.
- Practicar de forma básica modalidades deportivas individuales de oposición (adversario), comprendiendo sus exigencias condicionales y coordinativas.
- Conocer y aplicar los fundamentos tácticos de los deportes propuestos de forma básica y progresiva, extrayendo sus principios comunes.
- Practicar en situaciones adaptadas y de complejidad creciente los fundamentos técnicos de los deportes colectivos seleccionados, especialmente las conducciones.
- Conocer y practicar de forma progresiva modalidades recreativas co- ejecutivas, respetando sus condiciones ergonómicas y de seguridad.

Relatar y valorar las soluciones aplicadas a los problemas tácticos propuestos generalizándolos a otro deporte similar.

- NINJA WARRIOR
- Objetivos
- Consolidar las habilidades motrices que se han ido desarrollando en cursos anteriores.
- Mejorar las habilidades y destrezas básicas.
- Realizar desplazamientos, giros y volteretas.
- Ampliar el repertorio de habilidades básicas para favorecer el aprendizaje de habilidades específicas y deportivas.
- Conocer y asumir las posibilidades de movimiento propias y ajenas.
- Mejorar los patrones básicos de movimiento.
- Distinguir los conceptos de ejercicios gimnásticos en el suelo.
- Aprender a realizar ayudas a los compañeros.
- Contenidos
- Ejercicios de equilibrios en grupos pequeños
- Ejercicios de equilibrios en grupos grandes
- Ejercicios trabajados creados por los propios alumnos
- Conocimiento y practica de los términos banco y portor

□ Criterios de evaluación con sus indicadores

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.
Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de:

- Diferenciar habilidades deportivas individuales y sus fases respetando sus condiciones y ejecutándolas con seguridad.
- Observar y reconocer las fases de las habilidades específicas propuestas en ejecuciones ajenas, comparándolas con las propias.
- Conocer el nombre, posturas y movimientos implicados de otras habilidades específicas, considerando los ejes corporales.
- Practicar con constancia y atendiendo a sus exigencias los ejercicios propuestos para la adquisición y consolidación de habilidades individuales específicas distintos al año anterior.
- Realizar recorridos en el entorno cercano utilizando mapa y brújula, comprendiendo su complementariedad y verbalizando los procedimientos de uso.

4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.
Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de:

- Practicar ejercicios que impliquen tipos y componentes variados derivados de las capacidades físicas básicas y de las cualidades perceptivo-motrices.
- Realizar actividades variadas de ejercitación física que permitan valorar diferentes vías de obtención energética y su relación con los alimentos.
- Conocer las características de la actividad física saludable (adecuación- continuidad-

organización-progresión) y los efectos negativos de la actividad física mal diseñada.

- Valorar los efectos negativos del consumo de tóxicos (tabaco, alcohol, cannabis, etc.) y su influencia en el rendimiento físico-motor.
- Adecuar el esfuerzo orgánico utilizando la frecuencia cardíaca como indicador saludable.
- Comprender el concepto de zona de trabajo aeróbico y aplicarlo de forma práctica.
- Interpretar el pulso cardíaco en relación a la zona de trabajo aeróbico.

- Aplicar distintas pruebas de valoración condicional, físicas, motrices y deportivas, entendiendo sus criterios de objetividad, validezy fiabilidad.

5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de autoexigencia en su esfuerzo.

Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de:

- Practicar, diferenciar y comprender los sistemas generalesde desarrollo de las capacidades físicas básicas.
- Mejorar la resistencia aeróbica y la fuerza dinámica en el conjunto de la condición física saludable, realizando pruebas acordes a la edad y desarrollo del alumnado.
- Utilizar de forma generalizada los fundamentos ergonómicos en diferentes posiciones: flexión de rodillas, bipedestación y sedestación equilibradas, supinación, pronación, posición lateral de seguridad,etc.
- Conocer y comprender los efectos del ejercicio físico continuo y correcto en cada una de las capacidades físicas básicas.

6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas. Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de:

- Diseñar y presentar ejercicios físicos válidos para iniciar y finalizar la actividad física.
- Conocer y practicar distintos ejercicios mentales de activación y relajación.
- Aplicar autónomamente las habilidades motrices básicas en situaciones de dificultad progresiva en entornos estables y variables como: circuitos progresivos, ejercicios y actividades de oposición, cooperación y cooperación-oposición, adaptación al entorno, rítmico-expresivos,etc.
- Realizar ejercicios sencillos, seguros y válidos para iniciarla actividad física como: carrera continua, estiramientos globales y locales, coordinaciones simples, etc.
- Realizar ejercicios sencillos y válidos para finalizar la actividadfísica como: caminar, respirar conscientemente, estirar global y localmente, reposar en posiciones ergonómicas, etc.

9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo. Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de:

- Colaborar en la organización de la clase comprendiendo su valor preventivo, respetando especialmente las fases de esfuerzo y descanso.
- Comprender y aceptar las limitaciones propias y ajenas para la realización de ciertas habilidades.
- Realizar ejercicios y actividades que impliquen cooperación y colaboración.
- Colaborar en el transporte de materiales voluminosos, pesados o frágiles.
- Conocer y practicar las medidas de protección y autoprotección en caso de incendio u otras circunstancias peligrosas.
- Conocer y comprender el significado de la sigla y protocolo P.A.S. (Proteger-Avisar-Socorrer).
- Valorar el número general de emergencias 112 y los servicios que presta.
- Conocer las características de los espacios no escolares donde se desarrollan actividades físicas, identificando sus señales deevacuación, salidas de emergencia, zonas de refugio o prohibidas, etc.

Practicar actividades en el medio natural o entorno cercano con el equipamiento adecuado

- BALONMANO
- Objetivos
- Valorar la práctica habitual y sistemática de actividades físicas como medio para mejorar las condiciones de salud y calidad de vida, adoptando estilos de vida activos.
- Realizar tareas dirigidas al incremento de las posibilidades de rendimiento motor, a la mejora de la condición física para la salud y al perfeccionamiento de las cualidades motrices y agilidad (ajuste, dominio y control corporal), adoptando una actitud de autoexigencia en su ejecución.
- Conocer y realizar actividades deportivas y recreativas individuales, colectivas y de adversario, aplicando los fundamentos reglamentarios, técnicos y tácticos en situaciones de juego con progresiva autonomía en su ejecución.

- Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades, juegos y deportes, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de habilidad, valorando la actividad física como factor de integración social.
- Contenidos
- Los deportes de adversario como fenómeno social y cultural. Aspectos positivos y negativos.

- Participación de los alumnos y de las alumnas en los deportes impartidos.
- Realización de los juegos y actividades con elementos técnicos, tácticos y reglamentarios de los deportes de adversario
- Práctica de los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios de un deporte colectivo.
- Respeto y aceptación de las normas de los deportes de adversario y de las establecidas
- Criterios de evaluación con sus indicadores

3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.
Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de:

- Utilizar los desplazamientos con y sin móvil para desmarcarse en ejercicios de aplicación y juegos deportivos adaptados.
- Aplicar los fundamentos técnicos de los deportes propuestos en situaciones progresivas y adaptadas.
- Practicar de forma básica modalidades deportivas individuales de oposición (adversario), comprendiendo sus exigencias condicionales y coordinativas.
- Conocer y aplicar los fundamentos tácticos de los deportes propuestos de forma básica y progresiva, extrayendo sus principios comunes.
- Practicar en situaciones adaptadas y de complejidad creciente los fundamentos técnicos de los deportes colectivos seleccionados, especialmente las conducciones.
- Conocer y practicar de forma progresiva modalidades recreativas co- ejecutivas, respetando sus condiciones ergonómicas y de seguridad.

Relatar y valorar las soluciones aplicadas a los problemas tácticos propuestos generalizándolos a otro deporte similar.

-

- WORLD CHASE TAG
- Objetivos
- Consolidar las habilidades motrices que se han ido desarrollando en cursos anteriores.
- Mejorar las habilidades y destrezas básicas.
- Realizar desplazamientos, giros y volteretas.
- Ampliar el repertorio de habilidades básicas para favorecer el aprendizaje de habilidades específicas y deportivas.
- Conocer y asumir las posibilidades de movimiento propias y ajenas.
- Mejorar los patrones básicos de movimiento.
- Distinguir los conceptos de ejercicios gimnásticos en el suelo.
- Aprender a realizar ayudas a los compañeros.
- Contenidos
- Ejercicios de equilibrios en grupos pequeños
- Ejercicios de equilibrios en grupos grandes
- Ejercicios trabajados creados por los propios alumnos
- Conocimiento y practica de los términos banco y portor

- FÚTBOL
- Objetivos
- Valorar la práctica habitual y sistemática de actividades físicas como medio para mejorar las condiciones de salud y calidad de vida, adoptando estilos de vida activos.
- Realizar tareas dirigidas al incremento de las posibilidades de rendimiento motor, a la mejora de la condición física para la salud y al perfeccionamiento de las cualidades motrices y agilidad

(ajuste, dominio y control corporal), adoptando una actitud de autoexigencia en su ejecución.

- Conocer y realizar actividades deportivas y recreativas individuales, colectivas y de adversario, aplicando los fundamentos reglamentarios, técnicos y tácticos en situaciones de juego con progresiva autonomía en su ejecución.
- Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades, juegos y deportes, independientemente de las diferencias culturales,

sociales y de habilidad, valorando la actividad física como factor de integración social.

- Contenidos
- Los deportes de adversario como fenómeno social y cultural. Aspectos positivos y negativos.
- Participación de los alumnos y de las alumnas en los deportes impartidos.
- Realización de los juegos y actividades con elementos técnicos, tácticos y reglamentarios de los deportes de adversario
- Práctica de los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios de un deporte colectivo.

- Respeto y aceptación de las normas de los deportes de adversario y de las establecidas
- Criterios de evaluación con sus indicadores

3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.
Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de:
- Utilizar los desplazamientos con y sin móvil para desmarcarse en ejercicios de aplicación y juegos deportivos adaptados.
- Aplicar los fundamentos técnicos de los deportes propuestos en situaciones progresivas y adaptadas.
- Practicar de forma básica modalidades deportivas individuales de oposición (adversario), comprendiendo sus exigencias condicionales y coordinativas.
- Conocer y aplicar los fundamentos tácticos de los deportes propuestos de forma básica y progresiva, extrayendo sus principios comunes.
- Practicar en situaciones adaptadas y de complejidad creciente los fundamentos técnicos de los deportes colectivos seleccionados, especialmente las conducciones.
- Conocer y practicar de forma progresiva modalidades recreativas co- ejecutivas, respetando sus condiciones ergonómicas y de seguridad.

Relatar y valorar las soluciones aplicadas a los problemas tácticos propuestos generalizándolos a otro deporte similar.
•

- ACROSPORT
- Objetivos
- Consolidar las habilidades motrices que se han ido desarrollando en cursos anteriores.
- Mejorar las habilidades y destrezas básicas.
- Realizar desplazamientos, giros y volteretas.
- Ampliar el repertorio de habilidades básicas para favorecer el aprendizaje de habilidades específicas y deportivas.
- Conocer y asumir las posibilidades de movimiento propias y ajenas.
- Mejorar los patrones básicos de movimiento.
- Distinguir los conceptos de ejercicios gimnásticos en el suelo.
- Aprender a realizar ayudas a los compañeros.
- Contenidos
- Ejercicios de equilibrios en grupos pequeños
- Ejercicios de equilibrios en grupos grandes
- Ejercicios trabajados creados por los propios alumnos
- Conocimiento y practica de los términos banco y portor
- Criterios de evaluación con sus indicadores

8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.
Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de:
- Utilizar instalaciones recreativas y deportivas ajenas al centro, comprendiendo su importancia socio-sanitaria, como boleras, parques, paseos, piscinas, etc.
- Investigar y presentar información del entorno de su concejo, identificando lugares donde se puede realizar actividad física de manera segura, tanto en el medio terrestre, como el acuático o aéreo.
- Distinguir y comparar la información deportiva de la prensa generalista y especializada, utilizando diferentes criterios para su análisis: cantidad, género representado, poder económico, número de practicantes, etc.

9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo. Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de:
- Colaborar en la organización de la clase comprendiendo su valor preventivo, respetando especialmente las fases de esfuerzo y descanso.
- Comprender y aceptar las limitaciones propias y ajenas para la realización de ciertas habilidades.

- Realizar ejercicios y actividades que impliquen cooperación y colaboración.
- Colaborar en el transporte de materiales voluminosos, pesados o frágiles.
- Conocer y practicar las medidas de protección y autoprotección en caso de incendio u otras circunstancias peligrosas.
- Conocer y comprender el significado de la sigla y protocolo P.A.S. (Proteger-Avisar-

Socorrer).

- Valorar el número general de emergencias 112 y los servicios que presta.
- Conocer las características de los espacios no escolares donde se desarrollan actividades físicas, identificando sus señales deevacuación, salidas de emergencia, zonas de refugio o prohibidas, etc.

- Practicar actividades en el medio natural o entorno cercano con el equipamiento adecuado.

10. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.

Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de:

- Buscar y seleccionar información presentándola adecuadamentey citando el origen de la misma, en soporte digital preferentemente.
- Diseñar una presentación impresa o digital utilizando imágenes obtenidas de internet, con añadidos de sobreimpresión, de sonido, o ambos.
- Grabar imágenes de personas ajenas o actividades realizadas en clase, seleccionando y presentando digitalmente las más relevantes en relación al contenido de aprendizaje.

- Representar de manera gráfica relaciones entre dos o másdatos.
- Seleccionar información de carácter visual, auditivo o conjunto, de procedencia variada, en relación con el cuerpo y presentarla públicamente mediante recursos digitales.

- EL DEPORTE EN MI CIUDAD

- Objetivos
- Participar progresivamente en actividades y eventos deportivos de diversa índole de carácter social y popular con un enfoque saludable
- Opinar de forma crítica sobre distintos aspectos del fenómeno deportivo distinguiendo los elementos positivos de los negativos, como espectadores o espectadoras y practicantes
- Usar responsablemente las Tecnologías de la Información y la Comunicación para el desarrollo de los aprendizajes, así como para la puesta en práctica autónoma de los mismos
- Contenidos
- Uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación para captar, buscar, leer, seleccionar, diseñar y presentar información de distinto tipo de forma colectiva.
- Valoración fundada de datos, hechos y circunstancias relativos a la actividad física propia o ajena.
- Comunicación oral, escrita o gráfica, progresivamente específica y correcta de conocimientos, ideas, experiencias, etc. alusivos a los aprendizajes.
- Asunción de responsabilidades y aceptación de roles en la práctica de actividades físicas colectivas.
- El liderazgo: deberes y responsabilidades.
- Trabajo en equipo: ventajas y desventajas

- Criterios de evaluación con sus indicadores

8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.

Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de:

- Utilizar instalaciones recreativas y deportivas ajenas al centro, comprendiendo su importancia socio-sanitaria, como boleras, parques, paseos, piscinas, etc.
- Investigar y presentar información del entorno de su concejo, identificando lugares donde se puede realizar actividad física demanera segura, tanto en el medio terrestre, como el acuático o aéreo.

- Distinguir y comparar la información deportiva de la prensa generalista y especializada, utilizando diferentes criterios para su análisis: cantidad, género representado, poder económico, número de practicantes, etc.

9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo. Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de:

- Colaborar en la organización de la clase comprendiendo su valor preventivo, respetando especialmente las fases de esfuerzo y descanso.

- Comprender y aceptar las limitaciones propias y ajenas para la realización de ciertas habilidades.
- Realizar ejercicios y actividades que impliquen cooperación y colaboración.
- Colaborar en el transporte de materiales voluminosos, pesados o frágiles.

- Conocer y practicar las medidas de protección y autoprotección en caso de incendio u otras circunstancias peligrosas.
- Conocer y comprender el significado de la sigla y protocolo P.A.S. (Proteger-Avisar-Socorrer).
- Valorar el número general de emergencias 112 y los servicios que presta.
- Conocer las características de los espacios no escolares donde se desarrollan actividades físicas, identificando sus señales de evacuación, salidas de emergencia, zonas de refugio o prohibidas, etc.
- Practicar actividades en el medio natural o entorno cercano con el equipamiento adecuado.

10. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.

Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de:

- Buscar y seleccionar información presentándola adecuadamentey citando el origen de la misma, en soporte digital preferentemente.
- Diseñar una presentación impresa o digital utilizando imágenes obtenidas de internet, con añadidos de sobreimpresión, de sonido, o ambos.
- Grabar imágenes de personas ajenas o actividades realizadas en clase, seleccionando y presentando digitalmente las más relevantes en relación al contenido de aprendizaje.
- Representar de manera gráfica relaciones entre dos o másdatos.
- Seleccionar información de carácter visual, auditivo o conjunto, de procedencia variada, en relación con el cuerpo y presentarla públicamente mediante recursos digitales.

- EXPRESION CORPORAL
- Objetivos
- Practicar y diseñar actividades expresivas con o sin base musical, utilizando el cuerpo como medio de comunicación y expresión creativa.
- Conocer el ritmo corporal y susaplicaciones
- Practicar juegos y actividades con diferentes ritmos
- Apreciar las posibilidades rítmicas de nuestro cuerpo
- Contenidos
- Búsqueda de situaciones y actividades marcadas por un ritmo
- Realización de distintos ritmos utilizando diferentes partes del cuerpo o diferentes objetos.
- Prácticas de juegos y actividades dirigidas por el profesor, relacionados con el ritmo (¿qué cosas tienen ritmo?, ¿qué partes del cuerpo pueden producir un ritmo?, ¿qué partes del cuerpo se pueden mover a un ritmo?, el ritmo de las ciudades, anuncios con ritmo, el ritmo de la respiración, inventamos el diálogo del ritmo.
- Prácticas de ritmos y actividades expresivas con diferentes objetos o instrumentos.
- Audición de vídeos o cintas musicales para identificar los diferentes ritmos de las cosas (número de voces, el número de instrumentos que suenan simultáneamente, golpes o sonidos, etc.) y para diferenciar las diferentes partes de una música.

- Criterios de evaluación con sus indicadores

8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.

Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de:

- Utilizar instalaciones recreativas y deportivas ajenas al centro, comprendiendo su importancia socio-sanitaria, como boleras, parques, paseos, piscinas, etc.
- Investigar y presentar información del entorno de su concejo, identificando lugares donde se puede realizar actividad física demanera segura, tanto en el medio terrestre, como el acuático o aéreo.
- Distinguir y comparar la información deportiva de la prensa generalista y especializada, utilizando diferentes criterios para su análisis: cantidad, género representado, poder económico, número de practicantes, etc.

9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo. Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de:

- Colaborar en la organización de la clase comprendiendo su valor preventivo, respetando

especialmente las fases de esfuerzo y descanso.

- Comprender y aceptar las limitaciones propias y ajenas para la realización de ciertas habilidades.
- Realizar ejercicios y actividades que impliquen cooperación y colaboración.

- Colaborar en el transporte de materiales voluminosos, pesados o frágiles.
- Conocer y practicar las medidas de protección y autoprotección en caso de incendio u otras circunstancias peligrosas.
- Conocer y comprender el significado de la sigla y protocolo P.A.S. (Proteger-Avisar-Socorrer).
- Valorar el número general de emergencias 112 y los servicios que presta.
- Conocer las características de los espacios no escolares donde se desarrollan actividades físicas, identificando sus señales deevacuación, salidas de emergencia, zonas de refugio o prohibidas, etc.

- Practicar actividades en el medio natural o entorno cercano con el equipamiento adecuado.

10. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.

Mediante este criterio se valorará si el alumno o la alumna es capaz de:

- Buscar y seleccionar información presentándola adecuadamentey citando el origen de la misma, en soporte digital preferentemente.
- Diseñar una presentación impresa o digital utilizando imágenes obtenidas de internet, con añadidos de sobreimpresión, de sonido, o ambos.
- Grabar imágenes de personas ajenas o actividades realizadas en clase, seleccionando y presentando digitalmente las más relevantes en relación al contenido de aprendizaje.

- Representar de manera gráfica relaciones entre dos o másdatos.

- Seleccionar información de carácter visual, auditivo o conjunto, de procedencia variada, en relación con el cuerpo y presentarla públicamente mediante recursos digitales.

8. TEMPORALIZACIÓN DE LAS UNIDADES DIDÁCTICAS

1ª Evaluación
El calentamiento
Condición física y salud
Retos cooperativos
Juegos populares
2ª Evaluación
Rugby Tag
Ninja Warrior
Balonmano
World Chase Tag
3ª Evaluación
Habilidades gimnasticas
Futbol
Acrosport
El deporte en mi ciudad
Expresión corporal

9. PROCEDIMIENTOS, INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

MODALIDAD PRESENCIAL:

- En convocatoria ordinaria….

Se entiende por procedimiento de evaluación los métodos a través de los cuales se lleva a cabo la recogida de información sobre adquisición de competencias clave, dominio de los contenidos o logro de los criterios de evaluación. La observación directa e indirecta, el análisis de las producciones del alumno, intercambios orales, pruebas específicas y cuestionarios así como autoevaluación y coevaluación serán los métodos aprobados y usados por el departamento.

Evaluación inicial	Evaluación formativa	Evaluación sumativa
• Preguntas orales en clase • Test físicos y técnic	• Preguntas orales en clase • Test online (kahoot, google forms) • Rubricas de observación indirecta • Entrega anticipada de actividades • Cuestionario de	• Registro anecdotico • Pruebas de tipo practico (con rubricas de evaluación directa) o teórico • Cuestionarios de autoevaluación • Presentación de proyectos, informes,

	coevaluación	actividades

Los criterios de calificación para cada uno de los instrumentos para la evaluación de las unidades didácticas se especifica en la información de cada unidad didáctica. Que se califique además al alumno y está en la programación de aula. A continuación se desarrollan los porcentajes que cada instrumento tendrá en la calificación final del alumno:

- Evaluación inicial: 0%. (evaluación diagnostica sin peso en la calificación)

- Evaluación formativa: Forma parte de este porcentaje todas las pruebas, rubricas de observación, test o preguntas de clase, coevaluación o entregas anticipadas que el profesor realiza para verificar que el proceso de enseñanza/aprendizaje está llevando a cabo de forma adecuada y que el alumno está asimilando la materia.

o Rubrica de observación indirecta: 10%

o Cuestionarios de coevaluación: 10%

o Test online, preguntas en clase:10%

- Evaluación sumativa: Forman parte de este porcentaje, todas las pruebas, rubricas, registros, autoevaluaciones y proyectos que se producen o entregan al final del proceso de enseñanza y que informa de los resultados obtenidos.

o Registro anecdótico: 20%

o Pruebas prácticas o teóricas 20%

o Cuestionarios de autoevaluación 10%

o Presentación de proyectos/ informes/ actividades 20%

En el caso que haya unidades didácticas que, por sus características, no contemplen todos estos instrumentos o incluyan otros diferentes, se adaptaran los porcentajes de los instrumentos de evaluación de tal manera que ningún instrumento de evaluación acumule más del 25% de la calificación de esa unidad didáctica. En todo caso, todas las unidades didácticas tendrán como mínimo 3 instrumentos de calificación diferentes con peso en la calificación siendo como mínimo uno de ellos de evaluación formativa

- En convocatoria extraordinaria

Las normas que regularán la recuperación de la materia cuando ésta no se ha superado

se formulan en los tres siguientes casos:

1. Recuperación de evaluaciones pendientes del curso actual

- En convocatoria extraordinaria

Si en la evaluación final, un alumno llega con 1 o más unidades didácticas calificadas con menos de 4 puntos o su nota media es inferior a 5 puntos, tendrá que ir a la prueba extraordinaria de septiembre con aquellas unidades didácticas pendientes donde tendrá derecho a un examen con los siguientes criterios de calificación:

a) Evaluación sumativa (prueba teórico-práctica): 100%

De acuerdo con la resolución de 22 de abril sobre evaluación y contemplando además como una medida de atención a la diversidad, el departamento elaborará material de apoyo y refuerzo sobre los aprendizajes no alcanzados para los alumnos que han de presentarse a la prueba de septiembre. Estos materiales podrán ser:

- De trabajo: material en forma de fichas que los alumnos deberán completar y entregar en la prueba de septiembre

- Complementarios: con información adicional que pueda ayudar a los alumnos de cara a la prueba de septiembre

2. Recuperación de la totalidad de la materia o partes de ella del curso actual en la convocatoria extraordinaria de Septiembre

Si en la evaluación final, un alumno llega con una o más unidades didácticas calificadas con menos de 4 puntos, o su nota media es inferior a 5 puntos, tendrá que ir a la prueba extraordinaria de septiembre con aquellas unidades didácticas pendientes donde tendrá derecho a un examen con los siguientes criterios de calificación:

• Evaluación sumativa (pruebas teórico-prácticas): 100%.

De acuerdo a la resolución del 22 de abril sobre evaluación y contemplando además como una medida de atención a la diversidad, el departamento podrá elaborar material de apoyo y refuerzo sobre los aprendizajes no alcanzados para los alumnos que han de presentarse a la prueba de septiembre. Estos materiales podrán ser:

• De trabajo: Material en forma de fichas que los alumnos deberán completar y entregar en la prueba de septiembre.

• Complementarios: Con información adicional que pueda ayudar a los alumnos de cara a la prueba de septiembre

MODALIDAD NO PRESENCIAL:

En caso de que el alumno no pueda asistir al centro por motivos de salud debidamente justificados o de aislamiento preventivo por indicación de las autoridades sanitarias

La aplicación del proceso de evaluación continua requiere la asistencia regular al Centro (en modalidad presencial), la asistencia al centro y online con interacción (en la modalidad semipresencial) y la conexión e interacción (audio/imagen y/ u otros, en la no presencial) y la participación y entrega de las actividades programadas.

Para aquellos alumnos que superen el 20% de faltas justificados o injustificadas a clase (presenciales u online) se establece que realicen las pruebas que correspondan dentro del proceso de evaluación ordinaria y extraordinaria.

Cuando las clases o las actividades se realicen de manera online, se considerará falta de asistencia cuando el profesor no pueda interactuar con el alumno durante toda la clase.

- En convocatoria ordinaria….

Se entiende por procedimiento de evaluación los métodos a través de los cuales se lleva a cabo la recogida de información sobre adquisición de competencias clave, dominio de los contenidos o logro de los criterios de evaluación. La observación directa e indirecta, el análisis de las producciones del alumno, intercambios orales, pruebas específicas y cuestionarios así como autoevaluación y coevaluación serán los métodos aprobados y usados por el departamento.

Evaluación inicial	Evaluación formativa	Evaluación sumativa
• Preguntas orales en clase • Test físicos y técnicos	• Preguntas orales en clase • Test online (kahoot, google forms) • Rubricas de observación indirecta • Entrega anticipada de actividades • Cuestionario de coevaluación	• Registro anecdotico • Pruebas de tipo practico (con rubricas de evaluación directa) o teórico • Cuestionarios de autoevaluación • Presentación de proyectos, informes, actividades

Los criterios de calificación para cada uno de los instrumentos para la evaluación de las unidades didácticas se especifica en la información de cada unidad didáctica. Que se califique además al alumno y está en la programación de aula. A continuación se desarrollan los porcentajes que cada instrumento tendrá en la calificación final del alumno:

- Evaluación inicial: 0%. (evaluación diagnostica sin peso en la calificación)

- Evaluación formativa: Forma parte de este porcentaje todas las pruebas, rubricas de observación, test o preguntas de clase, coevaluación o entregas anticipadas que el profesor realiza para verificar que el proceso de enseñanza/aprendizaje está llevando a cabo de forma adecuada y que el alumno está asimilando la materia.

o Rubrica de observación indirecta: 10%

o Cuestionarios de coevaluación: 10%

o Test online, preguntas en clase:10%

• Evaluación sumativa: Forman parte de este porcentaje, todas las pruebas, rubricas, registros, autoevaluaciones y proyectos que se producen o entregan al final del proceso de enseñanza y que informa de los resultados obtenidos.

o Registro anecdótico: 20%

o Pruebas prácticas o teóricas 20%

o Cuestionarios de autoevaluación 10%

o Presentación de proyectos/ informes/ actividades 20%

En el caso que haya unidades didácticas que, por sus características, no contemplen todos estos instrumentos o incluyan otros diferentes, se adaptaran los porcentajes de los instrumentos de evaluación de tal manera que ningún instrumento de evaluación acumule más del 25% de la calificación de esa unidad didáctica. En todo caso, todas las unidades didácticas tendrán como mínimo 3 instrumentos de calificación diferentes con peso en la calificación siendo como mínimo uno de ellos de evaluación formativa

- En convocatoria extraordinaria

Las normas que regularán la recuperación de la materia cuando ésta no se ha superado se formulan en los tres siguientes casos:

1. Recuperación de evaluaciones pendientes del curso actual

- En convocatoria extraordinaria

Si en la evaluación final, un alumno llega con 1 o más unidades didácticas calificadas con menos de 4 puntos o su nota media es inferior a 5 puntos, tendrá que ir a la prueba extraordinaria de septiembre con aquellas unidades didácticas pendientes donde tendrá derecho a un examen con los siguientes criterios de calificación:

a) Evaluación sumativa (prueba teórico-práctica): 100%

De acuerdo con la resolución de 22 de abril sobre evaluación y contemplando además como una medida de atención a la diversidad, el departamento elaborará material de apoyo y refuerzo sobre los aprendizajes no alcanzados para los alumnos que han de presentarse a la prueba de septiembre. Estos materiales podrán ser:

- De trabajo: material en forma de fichas que los alumnos deberán completar y entregar en la prueba de septiembre

- Complementarios: con información adicional que pueda ayudar a los alumnos de cara a la prueba de septiembre

2. Recuperación de la totalidad de la materia o partes de ella del curso actual en la convocatoria extraordinaria de Septiembre

Si en la evaluación final, un alumno llega con una o más unidades didácticas calificadas con menos de 4 puntos, o su nota media es inferior a 5 puntos, tendrá que ir a la prueba extraordinaria de septiembre con aquellas unidades didácticas pendientes donde tendrá derecho a un examen con los siguientes criterios de calificación:

• Evaluación sumativa (pruebas teórico-prácticas): 100%.

De acuerdo a la resolución del 22 de abril sobre evaluación y contemplando además como una medida de atención a la diversidad, el departamento podrá elaborar material de apoyo y refuerzo sobre los aprendizajes no alcanzados para los alumnos que han de presentarse a la prueba de septiembre. Estos materiales podrán ser:

• De trabajo: Material en forma de fichas que los alumnos deberán completar y entregar en la prueba de septiembre.

• Complementarios: Con información adicional que pueda ayudar a los alumnos de cara a la prueba de septiembre.

1. Recuperación de la totalidad de la materia o partes de ella del curso actual en la convocatoria extraordinaria de Septiembre

Si en la evaluación final, un alumno llega con una o más unidades didácticas calificadas con menos de 4 puntos, o su nota media es inferior a 5 puntos, tendrá que ir a la prueba extraordinaria de septiembre con aquellas unidades didácticas pendientes donde tendrá derecho a un examen con los siguientes criterios de calificación:

- Evaluación sumativa (pruebas teórico-prácticas): 100%.

De acuerdo a la resolución del 22 de abril sobre evaluación y contemplando además como una medida de atención a la diversidad, el departamento podrá elaborar material de apoyo y refuerzo sobre los aprendizajes no alcanzados para los alumnos que han de presentarse a la prueba de septiembre. Estos materiales podrán ser:

- De trabajo: Material en forma de fichas que los alumnos deberán completar y entregar en la prueba de septiembre.
- Complementarios: Con información adicional que pueda ayudar a los alumnos de cara a la prueba de septiembre.

2. Recuperación de la materia para aquellos alumno/as que la tienen pendiente del curso anterior

Durante el curso: Dado que cada unidad didáctica debe ser superada por separado, este departamento acuerda que con el alumnado debe tener una calificación de 4 puntos como mínimo para poder tener nota media positiva y al final del trimestre y del año. Habrá antes de la junta de evaluación posibilidad de recuperar las notas negativas durante el trimestre o al final de curso.

La prueba extraordinaria versará sobre mínimos no superados que figuren en esta programación docente.
En la evaluación extraordinaria se tendrán en cuenta los aprendizajes ya superados en la

evaluación final ordinaria y el resultado de la prueba extraordinaria.

La aplicación del proceso de evaluación continua requiere la asistencia regular al centro (en modalidad presencial), y la conexión online e interacción con el profesor (en la no presencial), así como la participación y entrega de las actividades programadas.

Para aquellos alumnos que superen el 20% de faltas justificados o injustificadas a clase se establece que realicen las pruebas que correspondan dentro del proceso de evaluación ordinaria y extraordinaria. Cuando las clases o las actividades se realicen de manera online, se considerará falta de asistencia cuando el profesor no pueda interactuar o no reciba respuesta por parte el alumno.

10. PROGRAMAS DE REFUERZO PARA RECUPERAR APRENDIZAJES NO ADQUIRIDOS Y SE PROMOCIONE CON EVALUACIÓN NEGATIVA

Aquellos alumnos que promocionen sin haber superado esta materia seguirán un programa de refuerzo destinado a recuperar los aprendizajes no adquiridos y deberán superar la evaluación correspondiente a dicho programa.

Los profesores que hayan impartido clase a aquellos alumnos para quienes se ha tomado la decisión de que promocionen con evaluación negativa en esta materia elaborarán un informe sobre el grado de consecución de los objetivos y sobre las dificultades presentadas.

Este informe estará en el grupo Orientación de cada etapa a disposición del profesorado que se haga cargo de estos alumnos en el curso siguiente.

A partir de este informe se elaborarán una serie de actividades que estarán basadas en los contenidos y en el tipo de ejercicios realizados a lo largo del curso de la materia pendiente y que se les proporcionarán periódicamente a los alumnos hasta la primera convocatoria de examen.
Una vez realizadas dichas actividades y en el plazo indicado, serán remitidas al profesor para que las revise, subsane los posibles errores y aclare las dudas que hayan podido surgir.
Para la evaluación de la materia pendiente habrá dos convocatorias durante el curso y se tendrán en cuenta los progresos que los alumnos realicen en las actividades del programa de refuerzo, así como su evolución en la materia en el curso siguiente.

Además, realizará una prueba oral o escrita basada en los contenidos del curso anterior.

Se les indicará a los alumnos el modo de entrega de las actividades y el calendario para la realización de la prueba oral o escrita.

Para la calificación final, las tareas realizadas a lo largo del curso se valorarán con un 20% de la nota, mientras que la prueba oral o escrita supondrá un 80% de la nota.

Entre los meses de octubre y noviembre, cada estudiante y sus progenitores o tutores legales serán informados sobre el contenido del programa de refuerzo a través de EDUCAMOS

11. MEDIDAS DE REFUERZO Y ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

- Medidas de refuerzo para quienes – al final de cada evaluación - no alcancen los objetivos. Se repasarán ejercicios de evaluaciones no superadas. Además se realizarán adaptaciones metodológicas si fuese necesario, y se consultarán dudas a diario si el alumno lo solicitase.

- Medidas de refuerzo para el alumnado repetidor.

El profesorado, tras la evaluación final extraordinaria, elaborará un informe que recoja las dificultades del alumno o alumna para superar los objetivos de la materia y fijará los contenidos y aspectos sobre los que se debe incidir con objeto de superar dichas dificultades.

A partir de los datos recogidos en este informe, a principios de curso se diseñará un plan de intervención para el alumno o alumna que repite curso.

Los tutores comunican a las familias el plan diseñado para su hijo o hija y promueven la implicación de éstas en el seguimiento de dicho plan.

Seguimiento: El responsable de evaluar la asignatura, realizará un seguimiento trimestral, valorando el progreso del alumno, las dificultades detectadas y las propuestas de trabajo

- Plan de actividades de recuperación de aprendizajes no alcanzados para los alumnos que se presenten a la convocatoria extraordinaria. Aquellos alumnos que no superen la asignatura completa en la convocatoria ordinaria tendrán un plan de actividades de recuperación de aprendizajes no alcanzados que versará sobre los contenidos no superados y que consistirá en realizar una serie de actividades que estarán basadas en el tipo de ejercicios que los alumnos han realizado a lo largo del curso.

  Se proporcionarán a los alumnos para que las realicen a modo de repaso y de refuerzo para aquellos aprendizajes en que encuentren más dificultades. Además realizarán una prueba oral o escrita en la convocatoria extraordinaria de septiembre, sobre estos contenidos.

- Adaptaciones curriculares de alumnos con necesidades educativas especiales. Se realizará ACI significativa a aquellos alumnos diagnosticados con NEE que la requieran.

  Durante el primer trimestre del curso el departamento de orientación en coordinación con profesor de la asignatura informará a sus progenitores o tutores legales sobre el contenido, las medidas organizativas previstas y el nivel curricular que se espera alcanzar al finalizar el curso con la adaptación curricular significativa.

  -Adaptaciones curriculares no significativas para alumnos con necesidad específica de apoyo educativo
  Los profesores de cada materia realizarán adaptaciones metodológicas para aquellos alumnos que presenten necesidades específicas de apoyo educativo (TDH, dislexia…).

- Adaptaciones curriculares de alumnos con altas capacidades. Se realizará un plan de enriquecimiento/ampliación curricular cuando para el alumno/a que tenga el dictamen correspondiente los contenidos trabajados o actividades realizadas en el aula sean insuficientes o no le requieran esfuerzo.

- Programas de refuerzo para alumnos que se incorporen tardíamente y tengan desfase curricular. Se realizará una evaluación inicial de la asignatura con el fin de valorar la competencia del alumnado. Con este dato y con los datos de la valoración inicial realizada por el departamento de orientación se valorará la aplicación de un programa de refuerzo que facilite su integración escolar y la recuperación del desfase si existiese (aula de acogida si la hubiese, aula de inmersión lingüística, trabajo individualizado….)

- Apoyo especializado fuera o dentro del aula ordinaria: Dirigido a alumnos con dictamen por NEE para el refuerzo de aprendizajes básicos que requieren la intervención de profesorado especialista de pedagogía terapéutica y o de audición y lenguaje. Fundamentalmente se realiza en las materias de Matemáticas y Lengua Castellana y Literatura. Con esta medida se pretende ajustar la propuesta curricular al nivel de competencia del alumnado. Este curso se priorizará el apoyo dentro del aula aunque en estos niveles muchas veces será imprescindible que el apoyo sea fuera, usando para ello las medidas sanitarias establecidas.

- Atención al alumnado que no pueda asistir a clase por motivos de salud o de aislamiento preventivo. En el caso en que el alumnado por motivos de salud o de aislamiento preventivo no puedan asistir con carácter presencial al centro, se elaborarán los planes de trabajo individualizados que sean precisos, para asegurar la continuidad del proceso educativo. En estos casos la coordinación de la respuesta será a través del tutor, con el asesoramiento del equipo de orientación y sin olvidar prestar una especial atención al apoyo emocional que pueda requerir el alumnado y sus familias.

- Se podrán contemplar otras singularidades (plan de trabajo para el alumnado con problemas graves de salud que no asistan al aula periódicamente, PMAR, deportistas de alto rendimiento…)

12. CONCRECIÓN DEL PLAN DE LECTURA, ESCRITURA E INVESTIGACIÓN Y USO DE LAS TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN

Partiendo de la premisa *"hay que fomentar entre los jóvenes el habito de la lectura"* nos basaremos en la consecución de un objetivo que es que nuestros alumnos sean capaces de leer y entender, no sólo textos continuos (son textos descriptivos, narrativos o argumentativos) sino también textos discontinuos (mapas, anuncios, eslóganes). Para ello, el plan establecido, será el basarse en una diversidad de fuentes presentadas a los alumnos, situaciones comunicativas variadas, lo realizaremos en todas las unidades didácticas introduciendo temas relacionados con la unidad que en ese momento se está llevando a cabo. Muchas de las instrucciones que se les da a los alumnos es escrita, por tanto, de esta manera, se estaría trabajando, una vez que se lea dicha información se aclararán posibles dudas que surjan de las informaciones.
Habrá textos continuos y discontinuos para fomentar debates sobre todo los temas que hacen referencia a la imagen corporal.
Se propondrán textos alternativos y se valorarán también análisis de los textos que voluntariamente los alumnos quieran realizar en coordinación con la unidad didáctica. Los textos no tienen porque estar relacionados directamente con la unidad didáctica tratada en ese momento y si con el momento en el cuál se encuentren dichos textos. Al tratarse de un proceso continuo de formación, no hay ningún problema ya que sirve para reforzar y afianzar conocimientos o bien, en el caso de no haber visto las unidades didácticas previamente, como introducción a futuras unidades.

1ª Evaluación	
1.- Muevete	Se proponen lecturas relativas a los beneficios de la actividad física, el calentamiento, historias de deportistas profesionales. Así como debates y trabajos escritos voluntarios.

2.- Practicamos Yoga	Se proponen lecturas acerca del origen e historia del yoga y los beneficios de dicha actividad. Así como debates y trabajos escritos voluntarios.
3.- So	Se proponen lecturas sobre el origen, las modalidades de la gimnasia e incluso la influencia del deporte en los JJOO. Así como debates y trabajos escritos voluntarios.
2ª Evaluación	
4.- Jugamos al minibalonmano	Se proponen lecturas sobre el deporte del balonmano, los resultados de la selección española en el último mundial celebrado en Qatar. Así como debates y trabajos escritos voluntarios.
5.- ¿Bailamos?	Se proponen lecturas de textos de hombres y mujeres en las que comentan lo que supone para ellos bailar, entrevistas a bailarines de modalidades modernas. Así como debates y trabajos escritos voluntarios.
6.- Corro, salto y también lanzo	Se proponen lecturas sobre el origen e de los JJOO. Así como debates y trabajos escritos voluntarios.
3ª Evaluación	
7.- Nos vamos al	Se proponen lecturas sobre los cuidados a tener en cuenta a la hora de salir a realizar actividades en el medio natural, cuidados de mantenimiento del material a utilizar (bicicletas, monopatines, patines). Así como debates y trabajos escritos voluntarios.

c a m p o	
8.- Los jue	Se proponen lecturas sobre el origen y la historia de los juegos tradicionales del Principado de Asturias. Así como debates y trabajos escritos voluntarios.
9.- Adquirimos hábitos	Se proponen lecturas sobre los beneficios de unos buenos hábitos con diferentes ejemplos de historias de deportistas o gente famosa. Así como debates y trabajos escritos voluntarios.

Fuente: elaboración propia

Los alumnos, contarán con el cuaderno de bitácora, una herramienta motivadora que fomenta el uso de la lectura y que consiste en un cuaderno que va rotando por la clase, cada fin de semana el cuaderno le corresponde a un alumno, y deben escribir lo que han realizado durante ese fin de semana relacionado con el tema que estén dando en esos momentos. También pueden añadir noticias o artículos relacionados.

13. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

Las posibles actividades complementarias tendrán que ver con la evolución de la pandemia a lo largo del curso, en un principio, tenemos programado como en cursos anteriores una salida para actividad en el medio ambiente como es la semana en la nieve.

14. PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN DE LA APLICACIÓN Y DESARROLLO DE LA PROGRAMACIÓN DOCENTE

La programación se revisará trimestralmente en una de las reuniones del Seminario y quedará co

- Resultados de la evaluación por curso y grupo
- Adecuación de los materiales, recursos didácticos y distribución de espacios y tiempos a la secuenciación de contenidos y criterios de evaluación asociados
- Contribución de métodos pedagógicos y medidas de atención a la diversidad aplicadas a la mejora de los resultados.

15. MEDIDAS DE PREVENCIÓN E HIGIENE FRENTE AL COVID-19.

➢ Las familias de nuestros alumnos han sido informadas de los síntomas compatibles con COVID -19 y se comprometen a que sus hijos no acudan al centro si tuvieran fiebre o síntomas compatibles, así como, a informar al centro si esto sucede.

- Si durante el desarrollo de la jornada escolar se sospecha que un alumno tiene síntomas compatibles con COVID-19, se avisa a la familia de este alumno, y el coordinador COVID del colegio se pone en contacto con la enfermera del SESPA que nuestro centro tiene asignada para seguir las instrucciones que nos indiquen.

- Es obligatoria la utilización de la mascarilla tanto para alumnos como para profesores, en cualquier lugar del recinto escolar. Las mascarillas que se utilicen serán: Higiénicas que cumplan con la Norma UNE 0065/ UNE 0064 o Quirúrgicas que cumplan la Norma UNE 14683.

- Cada vez que un alumno salga o entre del aula deberá lavarse las manos con gel hidroalcohólico. Además si un alumno acude al servicio debe lavarse las manos a la salida del mismo.

- En todas las aulas hay:
  - gel hidroalcohólico
  - limpiador de superficies

- Todos los alumnos deben traer cada día en una bolsa con:
  - 1 mascarilla limpia.
  - 1 bote de gel hidroalcohólico
  - 1 paquete de pañuelos de papel.

- En las aulas cada alumno tiene su sitio asignado ocupando siempre el mismo y con distancia del resto de compañeros.

- Las aulas serán ventiladas como mínimo tres veces al día. En el recreo, al final de la mañana y al terminar la jornada.

- Todas las zonas del centro en las que hay flujo de circulación de personas han sido señalizadas para organizar los desplazamientos de forma ordenada. Circulando siempre por la derecha.

- Las subidas y bajadas al patio se realizarán de forma escalonada y ordenada, siempre acompañados por un profesor. Los alumnos por cursos ocupan un lugar fijo durante los recreos.

- Cuando llueve, los recreos son en el aula ventilada. Los alumnos que estén comiendo, pueden hacerlo en su sitio y guardando la distancia de seguridad con el resto de compañeros.

- Para la entrada al centro no se hacen filas, hay un horario con margen, para que los alumnos puedan entrar de manera escalonada. Cada curso sale del colegio acompañado por un profesor y también de forma escalonada.

- La atención a las familias será preferentemente a través de Educamos o telefónicamente, salvo en casos excepcionales en los que accederán al colegio con cita previa.

- Todas las aulas son desinfectadas diariamente una vez que los alumnos salen del colegio.

- Los aseos son desinfectados 3 veces al día.

del colegio se pone en contacto con la enfermera del SESPA que nuestro centro tiene asignada para seguir las instrucciones que nos indiquen.

- ➢ Es obligatoria la utilización de la mascarilla tanto para alumnos como para profesores, en cualquier lugar del recinto escolar. Las mascarillas que se utilicen serán: Higiénicas que cumplan con la Norma UNE 0065/ UNE 0064 o Quirúrgicas que cumplan la Norma UNE 14683.
- ➢ Cada vez que un alumno salga o entre del aula deberá lavarse las manos con gel hidroalcohólico. Además si un alumno acude al servicio debe lavarse las manos a la salida del mismo.
- ➢ En todas las aulas hay:
- gel hidroalcohólico
- limpiador de superficies
- ➢ Todos los alumnos deben traer cada día en una bolsa con:
- 1 mascarilla limpia.
- 1 bote de gel hidroalcohólico
- 1 paquete de pañuelos de papel.

- ➢ En las aulas cada alumno tiene su sitio asignado ocupando siempre el mismo y con distancia del resto de compañeros.
- ➢ Las aulas serán ventiladas como mínimo tres veces al día. En el recreo, al final de la mañana y al terminar la jornada.
- ➢ Todas las zonas del centro en las que hay flujo de circulación de personas han sido señalizadas para organizar los desplazamientos de forma ordenada. Circulando siempre por la derecha.
- ➢ Las subidas y bajadas al patio se realizarán de forma escalonada y ordenada, siempre acompañados por un profesor. Los alumnos por cursos ocupan un lugar fijo durante los recreos.
- ➢ Cuando llueve, los recreos son en el aula ventilada. Los alumnos que estén comiendo, pueden hacerlo en su sitio y guardando la distancia de seguridad con el resto de compañeros.
- ➢ Para la entrada al centro no se hacen filas, hay un horario con margen, para que los alumnos puedan entrar de manera escalonada. Cada curso sale del colegio acompañado por un profesor y también de forma escalonada.
- ➢ La atención a las familias será preferentemente a través de Educamos o telefónicamente, salvo en casos excepcionales en los que accederán al colegio con cita previa.
- ➢ Todas las aulas son desinfectadas diariamente una vez que los alumnos salen del colegio.
- ➢ Los aseos son desinfectados 3 veces al día.