

**PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO
DE EDUCACIÓN FÍSICA**

EDUCACIÓN FÍSICA
Bachillerato

CURSO 2021-2022
IES Batalla de Clavijo, Logroño (La Rioja)



ÍNDICE

0. INTRODUCCIÓN	02
1. CONTENIDOS, CRITERIOS Y ESTÁNDARES	02
1.1. Tabla: contenidos, criterios y estándares distribuidos por evaluaciones	03
1.2. Distribución temporal de los contenidos	07
2. METODOLOGÍA DIDÁCTICA	14
2.1. Objetivos	14
2.2. Metodología general	14
2.3. Metodología específica de la materia	15
3. CONOCIMIENTOS Y APRENDIZAJES BÁSICOS NECESARIOS PARA QUE EL ALUMNADO ALCANCE UNA EVALUACIÓN POSITIVA AL FINAL DE CADA CURSO	17
4. PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN	19
4.1 Escenarios del COVID-19	19
5. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN	20
5.1 Escenarios del COVID-19	20
6. MATERIAS PENDIENTES DE CURSOS ANTERIORES	24
6.1. Contenidos específicos para la recuperación de la materia pendiente	24
6.2. Criterios de evaluación	24
6.3. Instrumentos de evaluación	24
6.4. Cronograma	24
7. MEDIDAS DE APOYO PARA LOS ALUMNOS CON NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES	25
8. MEDIDAS PARA ESTIMULAR EL INTERES Y EL HÁBITO DE LA LECTURA Y LA CAPACIDAD DE EXPRESARSE CORRECTAMENTE	29
8.1. Medidas para el fomento de la lectura	29
8.2. Lecturas	29
9. MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS	30
9.1. Libro o material de referencia	31
9.2. Materiales y recursos didácticos de apoyo	32
9.3. Bibliografía	32
10. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES	32
11. PROCEDIMIENTOS PARA VALORAR EL AJUSTE ENTRE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA Y LOS RESULTADOS OBTENIDOS	33

0. INTRODUCCIÓN

El área de Educación Física en la Educación Secundaria Obligatoria (ESO) tiene como objetivo el desarrollo de las capacidades y habilidades instrumentales que perfeccionen y aumenten las posibilidades de movimiento de los alumnos/as, la profundización del conocimiento de la conducta motriz como organización significativa del comportamiento humano y la adquisición de actitudes, valores y normas con referencia al cuerpo y a la conducta motriz y social. La enseñanza en esta área implica tanto mejorar las posibilidades de acción de los alumnos/as, como propiciar la reflexión sobre la finalidad, sentido y efectos de la acción misma.

Actualmente está universalmente aceptado que la Educación Física (E.F.) contribuye a la educación armónica e integral de la persona, favoreciendo el conocimiento corporal y potenciando valías físicas, fisiológicas y psíquicas. Otorga valores de observación y valoración con arreglo a uno mismo y a los demás; clarifica la concepción de limitaciones psicofísicas para facilitar su propio concepto; enriquece suficientemente el tiempo libre al ampliar el abanico de alternativas para poder disfrutarlo; contribuye al bagaje cultural, acrecentando las relaciones interpersonales y resaltando los aspectos cognoscitivos fundamentales.

En la sociedad actual asistimos a una revalorización de aquellos intereses relacionados con el cuerpo y el movimiento. Se cultivan aspectos vinculados al cuidado del cuerpo y la imagen corporal, la salud, la mejora de la condición física, el empleo constructivo del tiempo libre, la liberación de tensiones originadas por el trabajo diario y la preparación para profesiones con una demanda importante de preparación física. Todo ello determina la necesidad de adquirir una “cultura física” que proporcione el suficiente conocimiento para desarrollar estas facetas.

La concepción de Educación Física que se propone intenta aunar e integrar las distintas corrientes que actualmente coexisten. En este sentido, se admite la validez de las distintas funciones asignadas a la Educación Física por dichas corrientes: función de conocimiento; anatómico funcional; estética y expresiva; comunicativa y de relación; higiénica; agonística; catártica y placentera y de comprensión; en definitiva, la Educación Física reconoce la multiplicidad de funciones, contribuyendo a través de ellas a la consecución de los objetivos generales de la educación obligatoria, por lo que debe recoger todo el conjunto de prácticas corporales y no aspectos parciales de las mismas.

Las líneas de actuación o las orientaciones hacia las que debemos dirigir nuestras acciones educativas se concretan en:

1) Educación en el cuidado del cuerpo y de la salud. Educación para la mejora corporal. 2) Educación para la mejora de la forma física. 3) Educación de la utilización constructiva del ocio mediante la práctica de actividades recreativas y deportivas individuales y colectivas.

1. CONTENIDOS, CRITERIOS Y ESTÁNDARES

PROGRAMACIÓN 1ª BACHILLERATO E. FÍSICA

1.1. Tabla:Contenidos, criterios de evaluación y estándares evaluables distribuidos por evaluaciones.

BLOQUE I. ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS			
CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	EVALUACION / U. DIDÁCTICA
<ul style="list-style-type: none"> - Perfeccionamiento de las habilidades específicas de las actividades físico-deportivas elegidas. - Ajuste de la realización de las habilidades técnicas a la finalidad y oportunidad de cada una de ellas. - Selección y realización de los fundamentos técnicos apropiados atendiendo a los cambios que se producen en el entorno de práctica. - Autogestión de las actividades físico deportivas en el entorno natural como actividades de ocio: requisitos para utilizar los espacios naturales, comunicación de la actividad. - Adecuación de los componentes técnico tácticos a diferentes situaciones de juego. - Estrategias en las actividades de oposición practicadas. Búsqueda de situaciones de ventaja propia y desventaja del adversario. - Sistemas de juego de las actividades de colaboración-oposición elegidas. - Coordinación con los compañeros, responsabilidad en las propias funciones y ayudas en las estrategias colectivas. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnicos desarrollados en el ciclo anterior. 2. Solucionar de forma creativa situaciones de oposición, colaboración o colaboración oposición en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica. 	<ol style="list-style-type: none"> 1.1. Perfecciona las habilidades específicas de las actividades individuales que respondan a sus intereses. 1.2. Adapta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas. 1.3. Resuelve con eficacia situaciones motrices en un contexto competitivo. 1.4. Pone en práctica técnicas específicas de las actividades en entornos no estables, analizando los aspectos organizativos necesarios. 2.1. Desarrolla acciones que le conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario, en las actividades de oposición. 2.2. Colabora con los participantes en las actividades físico-deportivas en las que se produce colaboración o colaboración-oposición y explica la aportación de cada uno. 2.3. Desempeña las funciones que le corresponden, en los procedimientos o sistemas puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo. 2.4. Valora la oportunidad y el riesgo de sus acciones en las actividades físico-deportivas desarrolladas. 2.5. Plantea estrategias ante las situaciones de oposición o de colaboración-oposición, adaptándolas a las características de los participantes. 	<p>1A_EVALUACIÓN</p> <p>Voleibol Condición Física orientados a la salud: flexibilidad y resistencia.</p> <p>2A_EVALUACIÓN</p> <p>Baloncesto Las actividades en el medio natural: orientación Ocio y deporte Juegos populares: palas</p> <p>3A_EVALUACIÓN</p> <p>Las actividades en el medio natural: la orientación Deportes raqueta: Bádminton, Tenis, Frontenis Atletismo</p>

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA
Curso 2021-2022

BLOQUE II. ACTIVIDADES FÍSICAS ARTÍSTICO EXPRESIVAS			
<ul style="list-style-type: none"> - Calidades de movimiento y expresividad. Espacio, tiempo e intensidad. - Parámetros espaciales y agrupamientos en las composiciones. - Coherencias expresivas y temporales de la música y el movimiento. - Las actividades artístico-expresivas como fenómeno colectivo y la influencia de las redes sociales (ejemplos como el del “flash mob”). - Manifestaciones culturales de la danza y la expresión corporal. 	<p>1. Crear y representar composiciones corporales colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición.</p>	<p>1.1. Colabora en el proceso de creación y desarrollo de las composiciones o montajes artísticos expresivos.</p> <p>1.2. Representa composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustándose a una intencionalidad de carácter estética o expresiva.</p> <p>1.3. Adecua sus acciones motrices al sentido del proyecto artístico expresivo.</p>	<p>1A_EVALUACIÓN</p> <p>2A_EVALUACIÓN</p> <p>Expresión corporal Coordinación Fundamentos de la Expresión Corporal Relajación</p> <p>3A_EVALUACIÓN</p>

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA
Curso 2021-2022

BLOQUE III. APTITUD FÍSICA Y SALUD			
<ul style="list-style-type: none"> - Práctica y caracterización de actividades de acondicionamiento físico que se ofertan en el entorno: cardiovasculares con y sin soporte musical, musculación, gimnasias posturales, etc. - Profundización en el trabajo de acondicionamiento físico enfocado a las propias necesidades. - Actividades específicas de activación y de recuperación de esfuerzos. - Análisis de la implicación de los factores de la aptitud motriz en las actividades seleccionadas. - Márgenes de mejora de la aptitud motriz en función del nivel personal y de las posibilidades de práctica. - Programas de mejora de las capacidades físicas y coordinativas implicadas en las actividades físico-deportivas practicadas, dentro de los márgenes de la salud. - Hidratación y alimentación en los programas personales de actividad física. - Procedimientos para la autoevaluación de la aptitud motriz. - Toma de conciencia de las propias características y posibilidades 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mejorar o mantener los factores de la condición física y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios u ocupaciones. 2. Planificar, elaborar y poner en práctica un programa personal de actividad física que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas. 	<ol style="list-style-type: none"> 1.1. Integra los conocimientos sobre nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y salud. 1.2. Incorpora en su práctica los fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud. 1.3. Utiliza de forma autónoma las técnicas de activación y de recuperación en la actividad física. 1.4. Alcanza sus objetivos de nivel de condición física dentro de los márgenes saludables, asumiendo la responsabilidad de la puesta en práctica de su programa de actividades. 2.1. Aplica los conceptos aprendidos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable a la elaboración de diseños de prácticas en función de sus características e intereses personales. 2.2. Evalúa sus capacidades físicas y coordinativas considerando sus necesidades y motivaciones y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas. 2.3. Concreta las mejoras que pretende alcanzar con su programa de actividad. 2.4. Elabora su programa personal de actividad física conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad. 2.5. Comprueba el nivel de logro de los objetivos de su programa de actividad física, reorientando las actividades en los aspectos que no llegan a lo esperado. 2.6. Plantea y pone en práctica iniciativas para fomentar el estilo de vida activo y para cubrir sus expectativas. 	<p>1A_ EVALUACIÓN</p> <p>Integrada en las unidades relacionadas Planificación Me pongo en forma</p> <p>2A_ EVALUACIÓN</p> <p>Un buen menú Velocidad Deporte y su incidencia social Fuerza</p> <p>3A_ EVALUACIÓN</p> <p>Primeros auxilios</p>

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA
Curso 2021-2022

BLOQUE IV. CONTENIDOS TRANSVERSALES			
<p>- Repercusión social y económica del fenómeno deportivo: deporte praxis versus deporte espectáculo, análisis de modelos de conducta que se asocian al deporte, intereses económicos y políticos, etc.</p> <p>- Ejercicio físico y modelo social de cuerpo. Cuerpo masculino y cuerpo femenino y su reflejo en las actividades individuales. Interferencias entre los modelos sociales de cuerpo y la salud.</p> <p>- El entorno natural y las actividades físico-deportivas: impacto de las actividades en los ecosistemas, relación entre la recreación y el civismo.</p> <p>- La norma como elemento regulador de conductas en las actividades sociomotrices.</p> <p>- Capacidades emocionales y sociales en la situación competitiva. Respeto y valoración del adversario.</p> <p>- Medidas de prevención y seguridad en las actividades físico-deportivas en el medio natural: información fiable sobre meteorología, adecuación de la indumentaria, estado de los materiales, adecuación del nivel de dificultad y el nivel de competencia de los participantes, avituallamiento y lugares de estancia o pernociación, etc.</p> <p>- Utilización de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de enseñanza- aprendizaje.</p>	<p>1. Valorar la actividad física desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la auto superación y las posibilidades de interacción social y de perspectiva profesional, adoptando actitudes de interés, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la actividad física</p> <p>2. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo, a los otros y al entorno en el marco de la actividad física.</p> <p>3. Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de las actividades físico-deportivas y artístico expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo.</p> <p>4. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación para mejorar su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información y participando en entornos colaborativos con intereses comunes.</p>	<p>1.1. Diseña, organiza y participa en actividades físicas, como recurso de ocio activo, valorando los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas y sus posibilidades profesionales futuras, e identificando los aspectos organizativos y los materiales necesarios.</p> <p>1.2. Adopta una actitud crítica ante las prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva y ante los fenómenos socioculturales relacionados con la corporalidad y los derivados de las manifestaciones deportivas.</p> <p>2.1. Respeta las reglas sociales y el entorno en el que se realizan las actividades físico deportivas.</p> <p>2.2. Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias.</p> <p>3.1. Prevé los riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo.</p> <p>3.2. Usa los materiales y equipamientos atendiendo a las especificaciones técnicas de los mismos.</p> <p>3.3. Tiene en cuenta el nivel de cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo.</p> <p>4.1. Aplica criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia.</p> <p>4.2. Comunica y comparte la información con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión.</p>	<p>1A_EVALUACIÓN</p> <p>Voleibol</p> <p>Condición Física orientados a la salud: flexibilidad y resistencia.</p> <p>Integrada en las unidades relacionadas</p> <p>Planificación</p> <p>Me pongo en forma</p> <p>2A_EVALUACIÓN</p> <p>Baloncesto</p> <p>Las actividades en el medio natural: orientación.</p> <p>Ocio y deporte</p> <p>Juegos populares: palas</p> <p>Expresión corporal</p> <p>Coordinación</p> <p>Fundamentos de la Expresión Corporal</p> <p>Relajación</p> <p>Un buen menú</p> <p>Velocidad</p> <p>Deporte y su incidencia social</p> <p>Fuerza</p> <p>3A_EVALUACIÓN</p> <p>Las actividades en el medio natural: la orientación</p> <p>Deportes raqueta: Bádminton, Tenis, Frontenis</p> <p>Atletismo</p> <p>Primeros auxilios</p>

1.2. Distribución Temporal de los contenidos.

PRIMERA EVALUACIÓN BACHILLERATO

Soporte teórico:

- Conocer diferentes métodos, técnicas y protocolos para la evaluación de la condición física y las cualidades físicas. Velocidad, fuerza, resistencia y flexibilidad.
- Saber distintos Sistemas de desarrollo de las cualidades físicas: especialmente de la resistencia y la velocidad.
- Conocer y saber aplicar los Principios Generales del entrenamiento así como la Periodización del entrenamiento para plantear un programa de mejora de la condición física con diferentes fines: mejora cualidades, mejora de estas en función de un deporte específico o simplemente como mejora y mantenimiento de la salud.
- Entender y aplicar la Dinámica de las cargas y saber cómo aplicarlas en una programación de mejora de las cualidades físicas con fin en sí mismas o como mejora para una actividad física deportiva
- Como desarrollar un plan de trabajo adaptado al nivel particular del alumno
- El organismo ante el esfuerzo.
- Análisis histórico del voleibol.
- Técnica táctica y reglamento del voleibol así como sistemas tácticos básicos.
Toque de dedos, recepción antebrazos remates, saques y bloqueos. Sistema en doble v .
Posicionamiento en el campo y sistemas de rotaciones etc...
- Necesidades físicas, análisis del voleibol.
- Desarrollo conceptual de los objetivos marcados para Bachillerato.

Trabajo práctico:

- Desarrollo de cualidades físicas básicas con especial atención a la resistencia y la velocidad durante este primer trimestre. Buscando una orientación hacia el trabajo de resistencia aeróbica buscando beneficios sobre el sistema cardiovascular frente a una visión más competitiva y de rendimiento. Esto es desarrollo de estas cualidades buscando una mejora en la salud en función de la capacidad y posibilidades de cada alumno.
- Aplicación de pruebas o planes para mejora de las cualidades físicas bien de forma individual o grupal (especial incidencia en la resistencia y velocidad). Trabajadas o bien específicamente o a través de otras especialidades como pueden ser el atletismo (relevos) u otros juegos o actividades físicas que se propongan.
- Análisis histórico, técnico táctico y reglamento del voleibol.
- Práctica de los deportes a desarrollar: voleibol

- Realizar ejercicios para mejora de gestos técnicos: toque de dedos, recepción antebrazos, diferentes saques, bloqueos
- Puesta en práctica en situación de juego sabiendo aplicar el reglamento y de diferentes técnicas.
- Puesta en práctica de los sistemas de rotación así como poner en práctica diferentes sistemas tácticos básicos de defensa y ataque.
- Plantear un programa de varias sesiones para mejora de las cualidades físicas: Velocidad, fuerza, resistencia y flexibilidad. Exponer en clase una sesión sobre la cualidad física elegida

Procedimientos de Evaluación:

- Presentación del proyecto de investigación del trabajo final de curso de bachillerato (voluntario, para subir nota y alumnos que opten al sobresaliente.
- Pruebas prácticas sobre el dominio de técnicas del deporte del voleibol trabajadas en clase durante el trimestre, estas se basaran en el toque de dedos, antebrazos, saques y creación de jugadas en situación de juego por parejas o grupos. Cada profesor y en función del nivel inicial del alumno y lo trabajado en clase propondrá a los alumnos las pruebas concretas
- Prueba objetiva escrita, relativa al soporte teórico o presentación del cuaderno del alumno como recopilatorio de todos los contenidos, resúmenes de contenidos teóricos fichas y actividades trabajados durante el trimestre como base teórica de la asignatura. También se podrá optar, a criterio del profesor, y en base al logro de los contenidos conceptuales por realizar solo una de las dos opciones: Prueba objetiva escrita o Presentación del recopilatorio como base de contenidos y apoyo teórico
- Pruebas de evaluación de la condición física desde un punto de vista saludable y no hacia el de rendimiento:
 - a) Velocidad: a) la realización de las actividades y ejercicios prácticos realizados en clase con el objetivo de mejora de esta cualidad (elaboración de un plan individual de mejora de estas cualidades) sin importar el resultado, si se considera necesario se podría realizar test finales: prueba de 30-50 metros lisos, que servirán solo como una referencia de valoración de su nivel con relación al grupo clase.
 - b) Resistencia: Se valorara mediante: 1) práctica de la carrera continua progresiva en el tiempo (volumen, 2, 3, 4 vueltas a pista de calentamiento del Adarraga) que se realizará durante 5 o 6 sesiones. 2) Realización de un test de carrera continua a ritmo e intensidad individual que me permita prolongar la carrera en el tiempo buscando beneficios sobre el sistema cardiovascular. Como referencia y en una valoración sobre un punto, la escala de nota podría ser la siguiente: 10 minutos: 0,25, 20 minutos: 0,75 y 25 minutos: 1punto. Aunque cada profesor en función del grupo y el trabajo desarrollado podrá establecer cualquier prueba y baremo que considere adecuado previa comunicación al alumnado del baremo correspondiente
- Autoevaluación.
- Trabajos de ampliación-investigación a través de resúmenes y mapas conceptuales sobre contenidos que se cuelguen en Internet o la realización de un trabajo grupal sobre condición Física (cualidades Físicas Básicas) que expondrán en clase.

Será un trabajo grupal, consistirá en intentar adquirir y aplicar unos conocimientos, conceptos, fundamentos, actividades sobre la Cualidad Física (Resistencia, Fuerza, Flexibilidad o Velocidad).

1.- Investigaremos sobre ella, recopilaremos información y pasaremos a describirlo sobre el papel.

2.- A la hora de pasarlo al papel tendremos que poner, como mínimo:

a) Definición o concepto.

b) Características y peculiaridades de esa cualidad física. c) Material necesario para trabajarla.

d) Sistemas de entrenamiento para mejorarla.

e) 4 sesiones como mínimo para practicarla

f) Croquis de los ejercicios si son necesarios

g) Test o pruebas para valorar esa cualidad física, con su baremo correspondiente para poder medirla (mínimo 2).

3.- Se puntuará:

Haber seguido el esquema marcado y el contenido.

Originalidad y variedad de los ejercicios en las sesiones. La presentación.

La puesta en práctica de una sesión.

-Participación en las sesiones realizando todas las actividades propuestas.

SEGUNDA EVALUACIÓN BACHILLERATO

Soporte Teórico

- Sistemas de desarrollo de las cualidades físicas: incidiendo en la fuerza y flexibilidad
- Análisis histórico del deporte a desarrollar: baloncesto o a elegir por los alumnos.
- Técnica táctica y reglamento del baloncesto: en bote, pases, recepciones, tiro, y aplicación en situación de juego. Marcaje individual y por zonas.
- Necesidades físicas, análisis del baloncesto.
- El deporte y su incidencia social.
- Ocio y deporte.
- La relajación.
- Fundamentos y conceptos de la Expresión Corporal. Expresión y comunicación.
- Elaboración de dietas.
- Diseño y realización de un programa de acondicionamiento físico
- Práctica de juegos populares o autóctonos

Trabajo práctico:

- Diseño y realización de un programa de acondicionamiento físico a medio plazo incidiendo en fuerza y flexibilidad.
- Práctica de los deportes a desarrollar: baloncesto o a elegir por los alumnos.
- Elaboración de una guía de recursos y actividades físicas y deportivas de una localidad o barrio, atención a los juegos y deportes autóctonos.
- Realizar competiciones sabiendo aplicar la reglamentación aprendida
- Desarrollo de sesiones de trabajo físico aplicadas a los deportes vistos.

- Práctica y dirección de los métodos de relajación.
- Desarrollo de la fuerza y la flexibilidad.
- Desarrollo y aplicación específica de las diferentes cualidades trabajadas de forma general hasta ahora , a través de diferentes deportes y actividades físico deportivas de forma integrada mediante circuitos multideportivos competitivos adaptado a los espacios disponibles, preferentemente a través de deportes y actividades no incluidas durante el curso de bachillerato: fútbol, balonmano, floorball , etc..
- Deporte de raqueta como actividades de ocio: Palas adaptadas al espacio
- Práctica de juegos populares o autóctonos
- Práctica de diferentes técnicas y métodos de desarrollo de la expresión corporal y de actividades rítmicas con apoyo musical. Posiblemente la realización de una película, "el pelicolón"
- Práctica de diferentes técnicas de relajación siempre que el número de alumnos y espacios nos lo permitan (con mas 20 alumnos es difícil llevar a cabo estos contenidos a nivel práctico)

Evaluación:

- Pruebas de habilidades motrices relativas a las prácticas desarrolladas:
- Autoevaluación
- Pruebas prácticas sobre el dominio de técnicas del deporte del baloncesto trabajadas en clase durante el trimestre, estas se basaran en bote, pases, recepciones, tiro, y aplicación en situación de juego. Cada profesor y en función del nivel inicial del alumno y lo trabajado en clase propondrá a los alumnos las pruebas concretas
- Prueba objetiva escrita, relativa al soporte teórico. Presentación del cuaderno del alumno como recopilatorio de todos los contenidos, fichas y actividades trabajados durante el trimestre como base teórica de la asignatura. También se podrá optar, a criterio del profesor, y en base al logro de los contenidos conceptuales por realizar solo una de las dos opciones: Prueba objetiva escrita o Presentación del recopilatorio como base de contenidos y apoyo teórico
- Pruebas de evaluación de la condición física desde un punto de vista saludable y no hacia el de rendimiento:
 - a) Fuerza, la realización de las actividades y ejercicios prácticos realizados en clase con el objetivo de mejora de esta cualidad sin importar el resultado en los test finales: fuerza de piernas, fuerza de brazos y fuerza general
 - b) Flexibilidad, la realización de las actividades y ejercicios prácticos realizados en clase con el objetivo de mejora de esta cualidad sin importar el resultado en los test finales: flexión profunda de tronco
- Trabajos de ampliación-investigación a través de resúmenes y mapas conceptuales sobre contenidos que se cuelguen en Internet o la realización de un trabajo grupal sobre deportes que expondrán en clase:
Será un trabajo en grupos y consistirá en intentar desarrollar unos conocimientos, conceptos, fundamentos,... sobre el deporte que hayamos elegido

para luego exponerlo e intentar transmitirlo a nuestros compañeros por medio de dos sesiones prácticas, lo más amenas posibles.

1.- Nos juntaremos los miembros del grupo, seleccionaremos el deporte del cual vamos a hacer el trabajo, investigaremos sobre él, recopilaremos información y pasaremos a describirlo sobre el papel.

2.- A la hora de pasarlo al papel tendremos que poner, como mínimo:

a) Reseña histórica.

b) Descripción de los gestos técnicos específicos de ese deporte. c) Material necesario para jugar.

d) Número de participantes por equipo.

e) Descripción del Deporte; Normas básicas del Reglamento.

f) Croquis del terreno de juego.

g) Cualidades físicas que se trabajan principalmente en ese deporte.

h) 5 sesiones como mínimo para enseñar ese deporte.

3.- Se puntuará:

Haber seguido el esquema marcado y su contenido.

Originalidad y variedad de los ejercicios en las sesiones. La presentación.

La puesta en práctica de las 2 sesiones.

-Los alumnos elegirán entre varios contenidos relacionados con la expresión corporal entre los propuestos por el profesor o por alguno en concreto que el profesor considere: Elaboración y representación de composiciones rítmicas corporal individual o colectiva con acompañamiento musical, la presentación de dramatizaciones, secuencias teatrales con la focalización en el aspecto expresivo corporal así como el montaje , montajes circenses (acrobacias, malabares, etc..), mimo, etc...

-Participación en las sesiones realizando todas las actividades propuestas.

TERCERA EVALUACIÓN BACHILLERATO

Soporte teórico.

- El alimento en la actividad física.

- Hábitos sociales y ejercicio físico.

- Deportes de raqueta: bádminton

- Conocer las técnicas básicas y contexto Deportes alternativos y actividades alternativas: malabares, béisbol adaptado, raquetas, indiacas , etc..

- Deportes de raqueta: bádminton, frontenis (según disponibilidad de instalaciones) y palas. Siendo el bádminton el deporte con mayor peso sobre el que se darán mas contenidos y se realizará la evaluación.

- Análisis histórico del deporte a desarrollar: Bádminton.

- Técnica táctica y reglamento del bádminton: drive, revés, smash, globo, sáques

- Dinámica de movimientos en situación de juego individual y por parejas

- Necesidades físicas, análisis del bádminton

- Natación: técnica básica de el estilo crol y espalda o braza.

- Conocer algunos juegos tradicionales en La Rioja y su valoración como patrimonio cultural de nuestra Comunidad.

-Conocimiento de técnicas básicas de orientación.

Trabajo práctico

- Práctica de deportes alternativos y actividades alternativas: malabares, béisbol adaptado, raquetas, indiacas , etc..
- Práctica de Deportes de raqueta: bádminton, frontenis (según disponibilidad de instalaciones) y palas. Siendo el bádminton el deporte con mayor peso sobre el que se darán mas contenidos y se realizará la evaluación.
- Realización de ejercicios y situaciones reales de juego donde se aplique las técnicas y situaciones tácticas aprendidas tanto para el juego individual como colectivo : y pase, drive, revés, smash, globos y saques .
- Realizar competiciones sabiendo aplicar la reglamentación aprendida
- Dinámica de movimientos en situación de juego individual y por parejas
- Desarrollo y aprendizaje de técnicas básicas de natación.
- Desarrollo y aprendizaje del bádminton.
- Acondicionamiento físico específico de los deportes y actividades físicas trabajadas durante esta evaluación.
- Practica de los deportes trabajados en la evaluación
- Práctica técnica básica de el estilo crol y espalda o braza
- Práctica recreativa de juegos tradicionales en La Rioja.
- Realización de una práctica de orientación en el entorno natural próximo al centro.

Evaluación

- Autoevaluación.
 - Prueba objetiva escrita, relativa al soporte teórico. Presentación del cuaderno del alumno como recopilatorio de todos los contenidos, fichas y actividades trabajados durante el trimestre como base teórica de la asignatura. También se podrá optar, a criterio del profesor, y en base al logro de los contenidos conceptuales por realizar solo una de las dos opciones: Prueba objetiva escrita o Presentación del recopilatorio como base de contenidos y apoyo teórico.
 - Elaboración y puesta en práctica de un plan con 3 o 4 sesiones para la mejora de tanto aspectos técnicos como físicos de dos deportes elegidos libremente entre deportes de raqueta o deportes alternativos (bádminton, tenis adaptado, frontenis adaptado, palas, indiacas, malabares, fresbees etc...) tanto en el aspecto técnico como táctico del deporte elegido)
 - Participación en las sesiones realizando todas las actividades propuestas.
 - Trabajos de ampliación-investigación a través de resúmenes y mapas conceptuales sobre contenidos que se cuelguen en Internet.
 - Entrega del trabajo de bachiller sobre el objetivo elegido.
- En la tercera evaluación se valorara si se realiza después de valorar la disponibilidad del alumnado a participar en ella así como la disponibilidad de instalaciones y condiciones económicas.
- Pruebas prácticas sobre el dominio de técnicas del deporte del bádminton trabajadas en clase durante el trimestre, estas se basaran en pase, drive, revés, smash, globos y saques y su aplicación en situación de juego. Cada profesor y en función del nivel inicial del alumno y lo trabajado en clase propondrá a los alumnos las pruebas concretas

- Pruebas prácticas sobre el dominio de técnicas deportes alternativos y actividades alternativas: malabares, béisbol adaptado, raquetas, indiacas . Cada profesor y en función del nivel inicial del alumno y lo trabajado en clase propondrá a los alumnos las pruebas concretas
- Pruebas prácticas sobre el dominio de técnicas del deporte de natación trabajadas en clase durante el trimestre, estas se basaran en las técnicas de crol, braza o espalda. Cada profesor y en función del nivel inicial del alumno y lo trabajado en clase propondrá a los alumnos las pruebas concretas. (Está practica dependiendo de características del grupo e instalaciones: 36 alumnos con diferentes nivele en una piscina para un solo profesor puede resultar inviable y probablemente no se lleve adelante)
- Práctica recreativa de juegos tradicionales en La Rioja y su valoración como patrimonio cultural de nuestra Comunidad.
- Realización una carrera de orientación.

Las clases se desarrollaran en el en el Complejo deportivo del Adarra , algunas en el entorno del Parque del Ebro, o en el entorno próximo al Instituto. Son unas Instalaciones que nos permiten desarrollar los contenidos mucho mejor. Entre otras y como ejemplo: Desarrollo de las cualidades físicas: resistencia, velocidad, atletismo, beisbol, deportes alternativos, orientación, senderismo etc...

Todos los objetivo, contenidos, actividades de enseñanza- aprendizaje así como los de evaluación que aparecen en estas unidades son flexibles y el cumplimiento en mayor o menor grado en cuanto a cantidad y calidad irá en función de las características del alumnado, número de alumnos por clase (actividad con mas riesgo: volteretas, trepas, carreras etc.. con grupos mayores de 20 alumnos es difícil llevarlas a cabo), climatología así como la disposición de instalaciones y recursos económicos para poder desarrollarlas) actividades en la naturaleza, patinaje ,esquí, natación etc...)

2. METODOLOGÍA DIDÁCTICA

2.1. Objetivos.

Los objetivos se centrarán en torno a:

1.- Actuación del profesor.

Es el que diagnostica, pronostica y planifica. Evalúa el proceso de aprendizaje. Debe ser un elemento motivador, aunque el alumno puede tomar otros modelos de referencia. El profesor aportará más información que modelos de ejecución, tendiendo a que el alumno progrese mediante el aprendizaje por descubrimiento.

Debe procurar mejorar los niveles de aprendizaje, no como valoración cuantitativa de conocimientos acumulados, sino como expresión del desarrollo de capacidades humanas. El profesor siempre debe tener en cuenta el nivel inicial o punto de partida de los alumnos puesto que son fruto de su experiencia durante mucho tiempo y las preconcepciones y actitudes adquiridas, no van a ser sustituidas fácilmente por las nuevas ideas.

A partir de los conocimientos previos, el profesor, mediante planteamientos de situaciones nuevas, debe ir consiguiendo que se produzca el cambio conceptual en los esquemas del alumno. Ante el alumno deben quedar muy claras las ideas fundamentales y los conocimientos básicos, así como la funcionalidad de los conocimientos. Para conseguir esto el profesor deberá proponer: tareas diversas, que lleven al alumno a la reflexión crítica de los modelos positivos y negativos sobre la valoración del ejercicio físico y la salud. Tareas con diferentes grados de dificultad y progresión. Valoración de todos los logros para reforzar el aprendizaje.

Principios metodológicos

- De ayuda.
- De interrelación de contenidos.
- De participación.
- De adaptación a los alumnos.
- De diversidad opcionalidad.
- De trabajo interdisciplinar.
- De evaluación.

2.- Actuación sobre los alumnos.

El alumno debe ser tenido en cuenta antes de todo proceso educativo, en cuanto a su situación evolutiva. También debemos tener en cuenta las experiencias anteriores en el tipo de aprendizaje, su capacidad general y la motivación hacia la tarea o los aprendizajes.

El alumno progresa en referencia a sí mismo y no en base a parámetros o metas preestablecidas.

Todo conocimiento evolutivo del alumno no significa idéntica conducta, grado de destreza o posibilidad de aprendizaje en el grupo. Cada alumno es distinto y la heterogeneidad del grupo como resultado de diferencias individuales, debe ser el argumento de las actividades de aprendizaje. Es necesario tener en cuenta que estas edades tienen grandes diferencias en el nivel de maduración de los alumnos.

La responsabilidad del alumno es un valor educativo que debe consolidarse y que le posibilitará ser el protagonista del aprendizaje y continuar con la actividad físico-deportiva consciente y responsable, después de su etapa de escolaridad obligatoria.

El fenómeno de la competición y competitividad es educativo cuando se canaliza, no cuando se convierte en un fin en sí mismo.

La actividad física es relación social, comunicación y desinhibición. Como tal debe ser tratada y fomentada, evitando situaciones de no integración, incomunicación e inhibición.

1.2. Metodología general.

No existe una metodología única.

- * Trabajar desde el punto de partida o nivel inicial de los alumnos y alumnas.
- * Nivel de exigencia al alcance del alumno/a.
- * Selección de actividades de acuerdo con los puntos anteriores.
- * Plan de trabajo flexible y participativo.
- * Conocimiento, por parte de los alumnos/as de los progresos efectuados y su valor.
- * Educar la voluntad en la “búsqueda”.
- * Indicar objetivos generales, plan de trabajo y criterios de evaluación.

Diversificación de los métodos:

- Mando directo.
- Descubrimiento guiado.
- Asignación de tareas.
- Resolución de problemas.

1.3. Metodología específica de la materia.

La estructura de las sesiones prácticas a desarrollar durante el curso será:

- Control de asistencia.
- Explicación del trabajo de la sesión.

- Calentamiento dirigido o autónomo.
- Parte principal. Desarrollo específico.
- Vuelta a la calma, relajación o diálogo

La metodología a utilizar en las clases será:

- Mando directo.
- Descubrimiento guiado.
- Asignación de tareas.
- Resolución de problemas

Se realizarán fotografías y grabaciones en video de las producciones que los alumnos realicen en clase con el propósito de ser utilizado por ellos mismos par que puedan ver su producciones y así poder mejorar sus resultados. Esto se utilizará como un recurso didáctico.

3. CONOCIMIENTOS APRENDIZAJES BÁSICOS NECESARIOS PARA QUE EL ALUMNADO ALCANCE UNA EVALUACIÓN POSITIVA AL FINAL DE CADA CURSO.

El alumnado tendrá que superar unos estándares básicos de evaluación

BLOQUE I. ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS

Estándares de aprendizaje evaluables

- 1.1. Perfecciona las habilidades específicas de las actividades individuales que respondan a sus intereses.
- 1.2. Adapta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.
- 1.3. Resuelve con eficacia situaciones motrices en un contexto competitivo.
- 1.4. Pone en práctica técnicas específicas de las actividades en entornos no estables, analizando los aspectos organizativos necesarios.
- 2.1. Desarrolla acciones que le conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario, en las actividades de oposición.
- 2.2. Colabora con los participantes en las actividades físico-deportivas en las que se produce colaboración o colaboración-oposición y explica la aportación de cada uno.
- 2.3. Desempeña las funciones que le corresponden, en los procedimientos o sistemas puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.
- 2.4. Valora la oportunidad y el riesgo de sus acciones en las actividades físico-deportivas desarrolladas.
- 2.5. Plantea estrategias ante las situaciones de oposición o de colaboración-oposición, adaptándolas a las características de los participantes.

BLOQUE II. ACTIVIDADES FÍSICAS ARTÍSTICO EXPRESIVAS

Estándares de aprendizaje evaluables

- 1.1. Colabora en el proceso de creación y desarrollo de las composiciones o montajes artísticos expresivos.
- 1.2. Representa composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustándose a una intencionalidad de carácter estética o expresiva.
- 1.3. Adecua sus acciones motrices al sentido del proyecto artístico expresivo.

BLOQUE III. APTITUD FÍSICA Y SALUD

Estándares de aprendizaje evaluables

- 1.1. Integra los conocimientos sobre nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y salud.
- 1.2. Incorpora en su práctica los fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud.
- 1.3. Utiliza de forma autónoma las técnicas de activación y de recuperación en la actividad física.

1.4. Alcanza sus objetivos de nivel de condición física dentro de los márgenes saludables, asumiendo la responsabilidad de la puesta en práctica de su programa de actividades.

2.1. Aplica los conceptos aprendidos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable a la elaboración de diseños de prácticas en función de sus características e intereses personales.

2.2. Evalúa sus capacidades físicas y coordinativas considerando sus necesidades y motivaciones y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas.

2.3. Concreta las mejoras que pretende alcanzar con su programa de actividad.

2.4. Elabora su programa personal de actividad física conjugando las variables de frecuencia,

volumen, intensidad y tipo de actividad.

2.5. Comprueba el nivel de logro de los objetivos de su programa de actividad física, reorientando las actividades en los aspectos que no llegan a lo esperado.

2.6. Plantea y pone en práctica iniciativas para fomentar el estilo de vida activo y para cubrir sus expectativas.

BLOQUE IV. CONTENIDOS TRANSVERSALES

Estándares de aprendizaje evaluables

1.1. Diseña, organiza y participa en actividades físicas, como recurso de ocio activo, valorando los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas y sus posibilidades profesionales futuras, e identificando los aspectos organizativos y los materiales necesarios.

1.2. Adopta una actitud crítica ante las prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva y ante los fenómenos socioculturales relacionados con la corporalidad y los derivados de las manifestaciones deportivas.

2.1. Respeta las reglas sociales y el entorno en el que se realizan las actividades físicodeportivas.

2.2. Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias.

3.1. Prevé los riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo.

3.2. Usa los materiales y equipamientos atendiendo a las especificaciones técnicas de los mismos.

3.3. Tiene en cuenta el nivel de cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo.

4.1. Aplica criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia.

4.2. Comunica y comparte la información con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión.

4. PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN

1. Cuaderno del alumno como soporte teórico.
2. Cuaderno con ampliaciones e investigaciones o exposición de trabajos teóricos o teórico- prácticos.
3. Realización de un examen teórico o teórico - práctico.
4. Pruebas de evaluación de la capacidad física y pruebas prácticas sobre deportes y actividades deportivas.
5. Listas de observación sobre las actitudes de los alumnos, comportamiento, actitud, interés, asistencia, retrasos, utilización adecuada del material e instalaciones, etc...
6. Autoevaluación, no siendo obligatoria realizarla y si se realiza con interés informativo sin influir en la nota.
7. Autograbaciones en videos donde el alumno presente trabajos o exámenes prácticos
8. Encuesta final de curso de autoevaluación del proceso.

ESCENARIOS DEL COVID-19

A) ESCENARIO NORMAL:

- **Evaluación ordinaria**

Los procedimientos reflejados anteriormente

B) ESCENARIO DE CONFINAMIENTO PARCIAL

Se mandaran actividades complementarias a través de TEAMS.

- **Evaluación ordinaria**

A) EXAMEN PRÁCTICO lo realizaran cuando les toque la asistencia a clase y una PRUEBA FORMS.

B) TRABAJO: SE MANTIENE, PERO CON TRABAJO REALIZADO A TRAVÉS DE LA PLATAFORMA TEAMS

El trabajo en este escenario se centrará en las devolución de las actividades demandas

C) ESCENARIO DE CONFINAMIENTO TOTAL

Las clases al alumnado correspondiente se harán a través de TEAMS a todo el grupo junto, y para ello al inicio de cada semana se enviará el documento de horarios y tareas de la semana.

- **Evaluación ordinaria**

A) EXAMEN se realizara a través de TEAMS por medio de un FORMS

B) TRABAJO Y ACTIVIDADES: SE MANTIENE, PERO CON TRABAJO REALIZADO A TRAVÉS DE LA PLATAFORMA TEAMS

5. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

La calificación en el área de Educación Física se desglosa de la siguiente forma:

1. Contenidos conceptuales o teóricos *: 30% de la nota de la evaluación

Se valorarán siguiendo estas pautas:

a)- Presentar el cuaderno como soporte teórico de la asignatura, donde se recogerán los resúmenes y mapas conceptuales de los contenidos teóricos tratados durante el trimestre correspondiente 30% (explicaciones del profesor, indicaciones, fichas y contenidos etc ...)

b)- Presentar cuaderno con ampliaciones e investigaciones o bien con la exposición de algún trabajo sobre los temas que indicará el profesor o a través de la realización de un trabajo teórico práctico 30%

c)- examen teórico 30%.

Este examen teórico podrá tener un valor de 30% cuando el profesor decida no pedir o evaluar ninguno de los dos apartados a) y b).

En el caso de no realizarse ningún examen teórico será obligatorio presentar el apartado a) o el b). En este caso será requisito imprescindible para poder promediar con el resto de apartados y obtener evaluación positiva. Su presentación será condición indispensable para tener evaluación positiva en la correspondiente evaluación. En el caso de no presentarlo la evaluación será negativa aunque tenga aprobados el resto de contenidos y apartados

No obstante y atendiendo a las características de cada grupo y los contenidos desarrollados durante cada evaluación el profesor podrá repartir este porcentaje del 30% según crea oportuno entre las tres actividades a evaluar:

- a) cuaderno del alumno como soporte teórico
- b) cuaderno con ampliaciones e investigaciones o exposición de un trabajo
- c) realización de un examen teórico o teórico-práctico

2.-Contenidos procedimentales 40% de la nota de la evaluación

A través de la realización de pruebas prácticas sobre los deportes o actividades correspondientes, test físicos, etc..

3.-Contenidos actitudinales * 30% de la nota de la evaluación.

A través del control y observación del profesor sobre las siguientes conductas:

- Asistencia a clase y puntualidad
- Traer la ropa y material adecuado.
- Participación, trabajo y dedicación en clase, tanto individual como grupal.
- Autoexigencia en función de sus posibilidades.

- Uso adecuado del material y de las instalaciones

(*) Previa indicación al alumnado un 10 % (1 punto) de los contenidos actitudinales puede ser valorado a través de la realización de algún contenido práctico relacionado con las actividades realizadas en el trimestre y con carácter no obligatorio voluntario . El alumnado tendría que explicar en una hoja con palabras y apoyándose en gráficos una relación de ejercicios y luego llevarlos a la práctica. Se evaluará más la organización, explicación y puesta en práctica que el nivel técnico alcanzado. En este supuesto el valor sería:

Contenidos teóricos 30%

Contenidos prácticos 40%

Contenidos actitudinales 20% + 10% (Practico de Elaboración personal no obligatorio)

Los alumnos y alumnas que no asistan a clase más del 20%, perderán los derechos a la evaluación continua, puesto que la asignatura es eminentemente práctica y el trabajo en clase es irrecuperable.

La recuperación de evaluaciones pendientes de Mayo, Junio se realizará a nivel de soporte teórico mediante el cuaderno y prueba escrita, y de la parte práctica según los contenidos mínimos que aparecen en la programación, de acuerdo con las evaluaciones pendientes.

Los alumnos de bachiller además deben de realizar y aprobar un trabajo anual teórico, que se especifica en esta programación.

A elección del profesor los alumnos de Bachillerato tendrán que realizar una de estas dos actividades de forma obligatoria (trabajo de investigación o cuaderno del alumno) no pudiendo obtener calificación positiva hasta que no se presente:

a) un **trabajo de investigación(*1)** sobre un tema de interés del alumno en la última evaluación presentar un proyecto, durante la primera evaluación. Este trabajo servirá para redondear la nota en aproximadamente un punto arriba o abajo de la media obtenida durante el curso.

b) o **presentar el cuaderno del alumno** con un resumen y mapa conceptual de los temas teóricos correspondientes a cada evaluación como soporte teórico de la asignatura.

En el segundo caso b) el alumnado podrá presentar un trabajo teórico-práctico final de curso con carácter voluntario(*2) para subir la nota final hasta en un punto (este tendría un carácter más práctico y personal donde el alumno explique en una grabación en video las características de un deporte o actividad física elegida libremente y realice ejecuciones técnicas, tácticas, etc de esa actividad

(*1) Trabajo de investigación

- Será un trabajo individual y con características personales, donde el alumno se vea representado, por sus gustos, o actividades o búsqueda de información sobre cualquier inquietud que esté relacionada con los objetivos de bachiller.

- Presentando por escrito el nombre, el objetivo elegido y el proyecto de trabajo antes de Navidad.

- El profesor de la asignatura deberá aprobar el proyecto.

- El trabajo o investigación versará sobre cualquiera de los objetivos propuestos.
- El trabajo deberá cumplir los siguientes requisitos para ser apto:

Tendrá esta estructura:

Primera hoja:

Portada, título, asignatura, nombre del profesor, del alumno, curso y fecha.

Segunda hoja:

Índice paginado.

Tercera hoja:

Objetivo redactado y proyecto aprobado.

Desarrollo:

Tendrá una extensión mínima de 10 folios y máxima de 15, figurando obligatoriamente: Introducción, desarrollo, descripción técnica, aplicación o ejercicios, conclusión y opinión personal. Última hoja: Bibliografía utilizada.

- El desarrollo del trabajo debe estar de acuerdo con el proyecto aprobado.

(2*) Trabajo teórico-práctico final de curso con carácter voluntario

(Teórico Práctico mediante grabación personal (video)

- En caso de presentar una grabación en formato digital , esta deberá incluir los contenidos referidos a el objetivo del trabajo, el desarrollo de este con todos los contenidos así como la opinión y reflexión final. La duración del trabajo será de una duración mínima de 8'. El proyecto aprobado, la portada, el índice y bibliografía consultada se tendrá que entregar por escrito y el resto del trabajo presentarlo en un cd o usb

-La fecha última de entrega será de tres semanas antes de la semana de evaluaciones o de la de entrega de notas de la tercera evaluación del curso.

Los alumnos y alumnas que no asistan a clase más del 20%, perderán los derechos a la evaluación continua, puesto que la asignatura es eminentemente práctica y el trabajo en clase es irre recuperable.

La recuperación de evaluaciones pendientes, Mayo, Junio para Bachillerato se realizará a nivel de soporte teórico mediante el cuaderno y prueba escrita, y de la parte práctica según los contenidos mínimos que aparecen en la programación, de acuerdo con las evaluaciones pendientes. Los alumnos de bachiller además deben de realizar y aprobar un trabajo anual teórico, que se especifica en esta programación.(o presentar el cuaderno del alumno con los resúmenes y mapas conceptuales de los contenidos teóricos de cada evaluación).

Resumiendo:

A) Los tres tipos de contenidos tendrán esta valoración

- 1.- Contenidos conceptuales o teóricos: 30% de la nota de la evaluación
- 2.- Contenidos procedimentales 40% de la nota de la evaluación
- 3.- Contenidos actitudinales 30% de la nota de la evaluación

*Previa comunicación al alumnado un 10 % (1 punto) de los contenidos actitudinales puede ser valorado a través de la realización de algún contenido práctico de ampliación no obligatorio elaborado y propuesto por el alumno. En este supuesto el valor sería:

Contenidos teóricos 30%

Contenidos prácticos 40%

Contenidos actitudinales 20% + 10% (Práctico de elaboración personal y no obligatorio)

B) La presentación del cuaderno del alumno trimestralmente o el trabajo de investigación final, según indique el profesor tienen carácter obligatorio.

No pudiendo obtener calificación positiva si no se presentan aunque tengan los demás apartados aprobados

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN EN CASO DE COVID-19

A) ESCENARIO NORMAL

• Evaluación ordinaria

A) EXAMEN será el 75%

B) TRABAJO será el 25%

B) ESCENARIO DE CONFINAMIENTO PARCIAL

Los que se encuentren en el aula harán situación normal y esta será para los que estén confinados.

A) EXAMEN y distintas PRUEBAS PRÁCTICAS se realizarán cuando asistan a clase.

B) TRABAJO: SE MANTIENE, PERO CON TRABAJO REALIZADO A TRAVÉS DE LA PLATAFORMA TEAMS

C ESCENARIO DE CONFINAMIENTO TOTAL

Todos en casa.

A) EXAMEN se sustituirá por una PRUEBA FORMS.

B) Las distintas actividades realizadas durante la evaluación, por TEAMS, ...

6. MATERIAS PENDIENTES DE CURSOS ANTERIORES

2.1. Contenidos específicos para la recuperación de la materia pendiente

Los alumnos que tengan pendiente la asignatura del curso anterior son evaluados y calificados por el Jefe del Departamento.

Deberán presentar una de estas dos opciones según le indique el profesor:

a) **Trabajo de bachiller recogido en la programación** que deberá presentar en la última semana de Abril

b) **el cuaderno del alumno según le indique el profesor** con un resumen y mapa conceptual de los temas teóricos correspondientes a cada evaluación como soporte teórico de la asignatura. En la última semana de cada trimestre deberán presentar los resúmenes en el departamento de Educación Física al Jefe de Departamento.

2.2. Criterios de evaluación.

En el caso de bachiller, deberán presentar el trabajo de bachiller recogido en la programación de Bachillerato o los resúmenes correspondientes a los contenidos teóricos trimestrales de su curso.

2.3. Instrumentos de evaluación.

a) trabajo de bachiller recogido en la programación

b) el cuaderno del alumno según le indique el profesor

2.4. Cronograma.

a) **Trabajo de bachiller recogido en la programación**

En la última semana de Abril

b) **El cuaderno del alumno según le indique el profesor**

En la última semana de cada trimestre.

7. MEDIDAS DE APOYO PARA LOS ALUMNOS CON NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES

El respeto por las diferencias individuales ha de ir acompañado por expectativas positivas acerca de la capacidad de cada alumno para superar, con la ayuda correcta, sus posibles deficiencias y diferenciación de intereses. En los contenidos actitudinales aparecen referencias a la tolerancia y al respeto por las diferencias individuales y por las opiniones de los otros. Este respeto debe ser matizado para que no se convierta en aceptación y, como consecuencia, potenciador de situaciones discriminatorias.

La respuesta educativa ante la diversidad de los alumnos, se centra en:

Las adaptaciones curriculares en cuanto a temporalización y priorización de algún elemento curricular, comenzando siempre por los aspectos más elementales del currículo. Sin interrumpir el desarrollo normal de la clase, se puede trabajar por grupos de nivel, ocuparse de unos alumnos mientras el resto realizan otras tareas asignadas, poner en práctica la microenseñanza, etc...

La intervención en las necesidades educativas especiales, teniendo en cuenta las siguientes orientaciones metodológicas: a) Las actividades, salvo algunas excepciones, serán básicamente las mismas. b) No infravalorar las habilidades de los alumnos planteando objetivos demasiado básicos que estanquen su progresión. c) Planteamiento dinámico de las actividades. d) Plantear tareas que superen con éxito, haciéndolas más complejas gradualmente. e) El “mando metafórico” es idóneo para estos alumnos. f) La actividad debe ser introducida en formas jugadas. g) Los objetivos prioritarios de la E. F., se centrarán en el desarrollo del esquema corporal, lateralidad, organización espacio-temporal, coordinación, equilibrio, aptitud física general y la socialización.

Las actividades del profesor para el tratamiento de la diversidad, serán las siguientes: a) Conocimiento de las preconcepciones del alumno. b) Evaluación de su realidad psicomotriz. c) Adaptación de las actividades en función de las capacidades de cada alumno. d) Composición de grupos de trabajo heterogéneos. e) Planteamiento de tareas individuales para poder prestar atención a los que más lo necesitan.

Las actividades de los alumnos para el tratamiento de la diversidad, serán las siguientes:

- De recuperación: Programadas para los alumnos que no han alcanzado los objetivos perseguidos. Podrían ser algunas de las ya utilizadas, descompuestas en otras más simples o planteadas de distinta forma. La evaluación nos orientará para la elección más conveniente en cada caso.

- De ampliación: Estarían incluidas en el grupo de las actividades de desarrollo y permiten llegar a niveles de contenidos superiores. Pueden ser actividades de investigación libre, ejercicios problema, habilidades motrices no complejas, etc.. Estas actividades permiten al profesor atender más individualizadamente a los alumnos que lo necesitan.

Si el alumno presenta mayores dificultades para alcanzar las capacidades mínimas, se diseñarán, en colaboración con el Departamento de Orientación y los

profesores de Educación Especial, las adaptaciones curriculares más o menos significativas según los casos.

En los contenidos actitudinales aparecen referencias a la tolerancia y al respeto por las diferencias individuales y por las opiniones de los otros. Este respeto debe ser matizado para que no se convierta en aceptación y, como consecuencia, potenciador de situaciones discriminatorias. En efecto, con demasiada frecuencia, los profesores aceptamos las diferencias iniciales observadas en las posibilidades de los alumnos como expresión de su mayor o menor "capacidad", lo que produce expectativas distintas hacia esos alumnos y, finalmente, una profundización de las diferencias iniciales y la aceptación del fracaso por los propios afectados.

Adaptaciones curriculares.

Todas las Adaptaciones Curriculares son gestionadas desde el Departamento de Orientación. El profesor de E.F que imparte clase al alumno junto a la P.T. confeccionan conjuntamente la ficha correspondiente a su adaptación curricular.

Indicar al respecto que todas las Adaptaciones Curriculares constan en el Departamento de Orientación y en el Expediente Personal de cada alumno.

Las Actividades de refuerzo responderán a las necesidades de un miembro del grupo o del grupo- clase. Una vez analizado cada grupo u alumno y contenido que se esté desarrollando se concretarán estas. En términos generales las consideraremos de:

1- "ampliación" cuando la necesidad es positiva. En este caso se demanda más cantidad o más complejidad de la actividad que estemos desarrollando.

2- Por ejemplo en resistencia más tiempo de carrera, en voleibol mas toques de dedos

3-"recuperación" cuando la necesidad es negativa, es decir, no se supera la propuesta inicial se demandará menor complejidad o menor cantidad. Por ejemplo en resistencia menos tiempo de carrera, en voleibol menos toques de dedos. Como paso previo para que pueda alcanzar los objetivos que se persiguen

4-"modificación" cuando se adapta un aspecto del contexto para conseguir la participación más integrada de una persona con algún límite temporal . Dependiendo de las características del alumno, como ejemplo permitir realizar dos toques de dedos seguidos en vez de limitárselo a uno.

Alumnos con discapacidades.

Ésta es una situación específica de nuestra área. Distinguiremos aquellos alumnos que están limitados para realizar unas determinadas actividades, de aquellos que no pueden practicar actividad física. Hemos de recordar que no existen los alumnos exentos totales, ya que la Educación Física es una materia obligatoria, pero sí los exentos de unos determinados contenidos. Consideramos de gran importancia evitar que estos alumnos se descuelguen de la marcha normal del área, lo que traerá consecuencias negativas para ellos (falta de motivación hacia el área, dificultades para integrarse con sus compañeros o para realizar nuevos aprendizajes) y para el profesor (falta de criterios para determinar la evolución de los alumnos, necesidad de proponer soluciones momentáneas y poco válidas para poder evaluarles).

Distinguiremos entre:

Alumnos con discapacidad física grave y permanente:

Son aquellos casos en los que existe una patología crónica grave que impide la práctica de cualquier tipo de actividad física. Como ejemplos, podríamos tener alumnos con escoliosis de gran curvatura que precisan del uso de un corsé, casos de patologías cardíacas serias o de hipertiroidismo. Sus afecciones les permiten desarrollar una actividad normal en el resto de las áreas, pero les impiden realizar las actividades específicas de la nuestra.

El establecimiento de los programas específicos para estos alumnos se centrará tanto en los contenidos adaptados como en los recursos didácticos que se van a emplear para integrar a los alumnos en la marcha de la clase. Proponemos a continuación algunas posibilidades para llevarlos a cabo: a) Realización de la hoja de exento, y trabajos teóricos relacionados con los

contenidos que se están trabajando para exponer a sus compañeros. b) Elaboración de apuntes para sus compañeros. c) Participación en las actividades deportivas realizando el arbitraje de los partidos que jueguen sus compañeros. Colaborar en la organización y colocación y recogida de material. d) Dirección de actividades a sus compañeros: juegos, estiramientos, ejercicios de relajación. e) En los trabajos de expresión corporal pueden participar casi sin limitaciones.

Alumnos con discapacidades contraindicadas para un determinado tipo de contenidos:

Dentro de este grupo incluimos a aquellos alumnos que sufren una afectación que les impide realizar determinadas actividades. Esta afectación puede ser crónica o de larga recuperación (soplo fisiológico, escoliosis, asma, etc.) o temporal (esguince de tobillo, fractura de brazo).

Para el primer caso propondremos, además de los puntos citados en el apartado anterior, contenidos alternativos que tengan relación, en la medida de lo posible, con los planteados en la programación para el resto del alumnado. Este programa lo llevaría a cabo en el aula al mismo tiempo que sus compañeros realizan el suyo correspondiente.

Para los alumnos que padezcan una discapacidad transitoria, proponemos establecer un programa de trabajo individualizado en el que realicen las actividades que sean compatibles durante el tiempo de lesión y un programa de refuerzo que deben llevar a cabo fuera de clase.

Resumiendo: Tendrán la obligación de acudir a las clases, recogerán en un cuaderno las actividades realizadas por sus compañeros, realizarán trabajos sobre los contenidos trabajados en el trimestre y podrán llevar un plan de trabajo adaptado a sus posibilidades. Podrán colaborar con el Departamento, en la medida de sus capacidades, lo que permitirá que se les valore, además de aptitudes, actitudes.

8. MEDIDAS PARA ESTIMULAR EL INTERÉS Y EL HÁBITO POR LA LECTURA Y LA CAPACIDAD DE EXPRESARSE CORRECTAMENTE.

8.1. Medidas para el fomento de la lectura.

Para una materia como la Educación Física, esta propuesta requiere de un esfuerzo ya que las propuestas deben estar en concordancia con la materia y no ser algo ajena a ella.

Por otro lado, la escasez de horario, dos horas semanales, y la cantidad de contenidos que debemos desarrollar, no favorecen su implantación. Hemos pensado que supongan una extensión de la materia, aprovechando contenidos muy relacionados con la lectura como es la expresión corporal y otros como los deportes. Así mismo, se ha tratado de amenizar los contenidos teóricos interrelacionando con los prácticos.

Se subirán contenidos de lectura de temas de actualidad deportiva en la plataforma o se aconsejarán páginas web de consulta que estimulen la lectura.

8.2. Lecturas.

1. Lectura de cuentos, relatos y fragmentos literarios y su representación dentro de una Unidad Didáctica de Expresión Corporal, “Sin hablar también comunico”

2. Lectura de fragmentos con temática deportiva.

4. Introducir los apuntes de cada deporte o unidad didáctica, con una anécdota o relato que ayude a enganchar a la lectura.

5. Utilización de los recursos que nos ofrece internet para recomendar lecturas y actividades a través de la red con temas relacionados con la actividad física y deportiva

9. MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS.

9.1.Libro o material de referencia.

No se utiliza ningún libro, los contenidos se proporcionan en clase día a día y puntualmente se les indica algún contenido digital que se sube al aula virtual o que pueden consultar en alguna pagina web especifica con contenidos de E. Física

Por lo tanto los RECURSOS DIDACTICOS Y MATERIALES PARA EL ALUMNO Y EL PROFESOR para el desarrollo estas unidades serán:

- Programación:

Apuntes que se indique durante las clases

Recursos que se colgarán en la plataforma Moodle del Instituto

Recursos en Internet que se indiquen

9.2. Materiales y recursos de referencia.

1.- Materiales para evaluación

- Aparato de medición de talla y peso.
- Cinta métrica.
- Cronometro
- Registro Course Navette.
- Ficha individual.
- Tabla de puntuación.
- Cuaderno del alumno.

2. Materiales audiovisuales.

- CDs.
- Monitor de televisión o pantalla digital
- Reproductor de vídeo.
- Cámara de vídeo o móvil.

3. Material fungible

- Balones, raquetas, aros, picas, etc., material para los deportes alternativos.

4. Material inventariable

- Espalderas, bancos suecos, colchonetas grandes, colchonetas, quita miedos, porterías, canastas, plinton, etc.

5. Instalaciones

- Gimnasio, pista polideportiva, campo de baloncesto, frontón, patios, parque del Ebro.

9.3. Bibliografía

Libros de la editorial Teide y Edelvives.

Varias páginas webs con contenidos relacionados con la asignatura

10. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.

Previsión de actividades complementarias y extraescolares.

- EXTRAESCOLARES.-

OCTUBRE – NOVIEMBRE O MAYO-JUNIO

Senderismo. Subida a la Sierra de Cebollera, La Demanda u otras zonas próximas.

Actividades relacionadas con la Naturaleza, como pudiera ser visita a la Sierra de Urbasa, Cebollera, o circuito multiaventura de Lumbreras, con un paseo a caballo, bicicletas, espeleología, rappel, tirolina, etc..

ENERO - FEBRERO.

Semana Blanca de Esquí (dos o tres días).

Estación de Pirineos.

Esquí. Estación invernal de Valdezcaray

MARZO - ABRIL

Jornada de divulgación de Golf y/o Paddle: Campo de La Grajera o Cirueña

MAYO - JUNIO

Deportes Alternativos en la Playa. Laredo.

- COMPLEMENTARIAS.-

Jornada de convivencia deportiva en el Adarra

Salida a la pista de hielo. aprendizaje de técnicas básicas.

Visita al palacio de los deportes a conocer la instalación y contemplar entrenamientos de los equipos profesionales que allí entrenan,

Solicitud de visita de deportistas de alto rendimiento al centro, becados por rioja deporte.

Visita a cualquier exposición, actividad o charla relacionada con nuestra materia.

11. PROCEDIMIENTOS PARA VALORAR EL AJUSTE ENTRE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA Y LOS RESULTADOS OBTENIDOS.

Tales resultados han de ser realistas (un 100% de aprobados es una utopía en muchas ocasiones), medibles (no es conveniente señalar expresiones como aceptable o excelente –salvo excepciones con alumnos que presenten alguna característica especial-, sino porcentajes) y, con el tiempo, comparables con los de cursos anteriores, a fin de obtener una tendencia.

Se pretende conseguir r que la Programación haya sido:

1. Eficaz: que haya conseguido que los contenidos de nuestra materia se aprendan, (con los porcentajes u observaciones que hayamos previsto).

2. Eficiente: que los resultados obtenidos sean causados por la aplicación de lo programado, no por la casualidad, las clases particulares o los conocimientos adquiridos en otras fuentes. Si vemos que algo sobra, quitémoslo; si falta, programemos eso para aplicarlo.

3. Funcional o útil: que haya servido para lo que se diseñó.

Además, proponemos un procedimiento de valoración de la programación que consiste en la aplicación de la siguiente escala de observación al profesorado, con el fin de que juzgue su tarea en el curso según los resultados obtenidos al final del mismo.

Sería conveniente, que en las reuniones de departamento al final de de cada evaluación, se analice la Programación Didáctica, se tengan en cuenta estos puntos para modificar la misma según vaya transcurriendo el curso sin esperar al final.

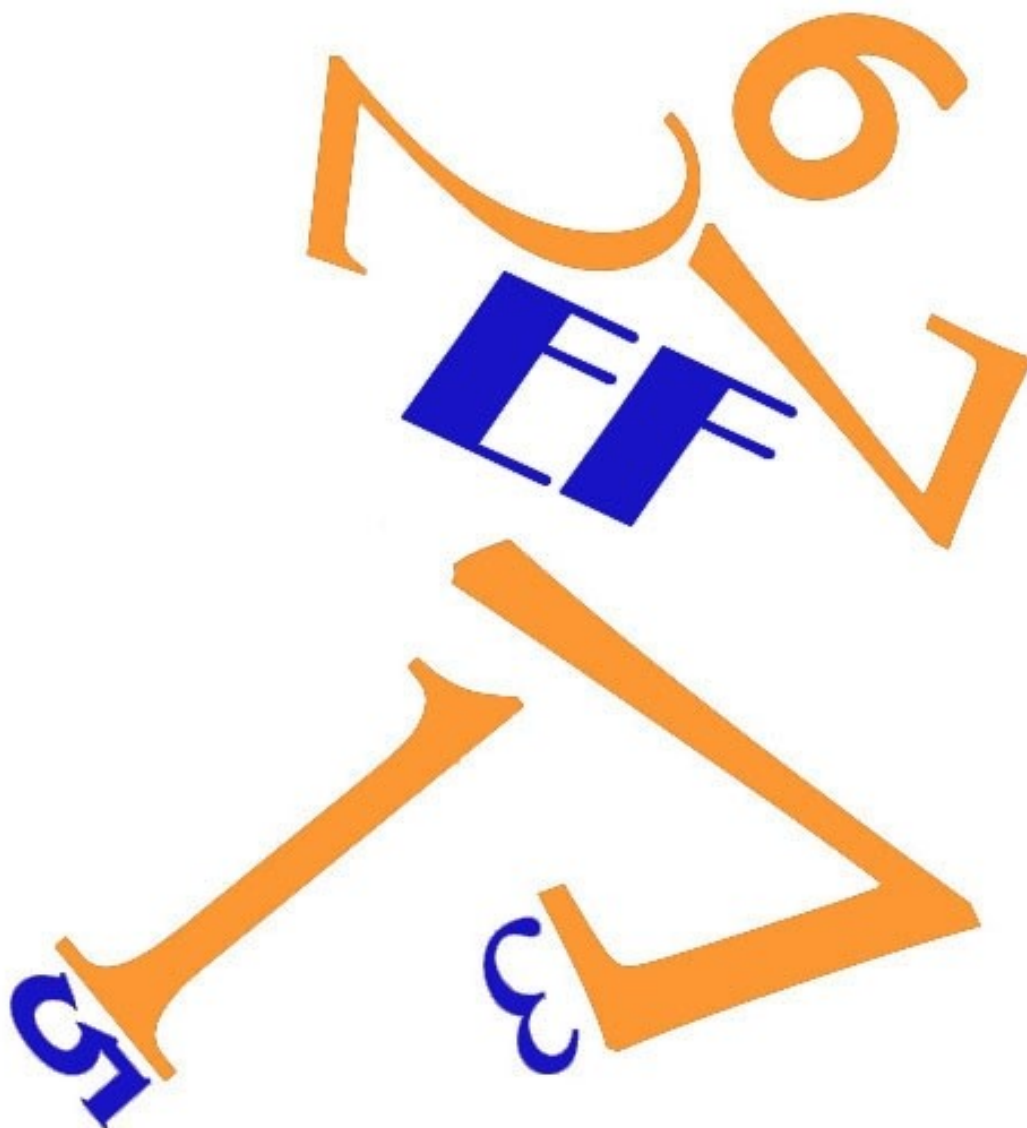
ESCALA DE OBSERVACIÓN PARA EL PROFESORADO

Materia/Área impartida: EDUCACIÓN FÍSICA	Curso:
Profesor/a:	Fecha:

Para valorar el ajuste entre la programación y los resultados obtenidos, te rogamos que valores, señalando con una X, de 1 a 4 -donde 1 es la calificación más baja y el 4 la más alta- los siguientes aspectos:

	1	2	3	4
1. Has respetado la distribución temporal de los contenidos por				
2. Has aplicado la metodología didáctica programada.				
3. Si has tenido en cuenta los conocimientos y aprendizajes básicos necesarios para aprobar la materia.				
4. Has aplicado los procedimientos de evaluación programados y te has ajustado a los criterios de calificación.				
5. Has aplicado medidas de atención a la diversidad a los alumnos que las han requerido.				
6. Has llevado a cabo las actividades de recuperación de materias pendientes de cursos anteriores según				
7. Has llevado a efecto medidas de refuerzo educativo dirigidas a los alumnos que presentaban dificultades de				
8. Has puesto en práctica medidas para estimular el interés y el hábito de la lectura y la capacidad de expresarse				
9. Has utilizado los materiales y recursos didácticos				
10. Has realizado las actividades complementarias extraescolares programadas.				

- Si has contestado 1 ó 2 a alguna cuestión, señala qué causas, a tu juicio, han sido las responsables.
- Indica las características más positivas del trabajo desarrollado por ti este curso.
- Señala los aspectos que consideres que deberías mejorar en tu tarea para cursos sucesivos



Dpto. Educación física