

PROGRAMACIÓN DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

ESO Y BACHILLERATO

CURSO 2025/2026



IES LEONARDO DA VINCI

A.	Introducción: conceptualización y características de la materia de EF	3
B.	Diseño de la evaluación inicial	8
C.	Competencias específicas y vinculaciones con los descriptores operativos: Mapa de relaciones competenciales	10
D.	Secuencia de unidades temporales de programación	13
E.	Contenidos de carácter transversal.	17
F.	Metodología didáctica	22
	Principios Metodológicos	22
	Tipos de agrupamientos	24
	Organización de los tiempos en la sesión.....	25
	Organización de espacios.	25
G.	Sección educación física bilingüe - Physical Education	26
	Metodología de la sección bilingüe	26
H.	Concreción de los proyectos significativos	28
I.	Materiales y recursos de desarrollo curricular	30
J.	Concreción de planes de centro	31
K.	Actividades complementarias y extraescolares.....	32
	Actividades complementarias	33
	Actividades extraescolares	34
L.	Atención a la diversidad.....	35
	Planes de refuerzo	35
	Planes de recuperación	35
	Planes de enriquecimiento curricular.....	35
	Adaptaciones curriculares	35
M.	Evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y vinculación de sus elementos. .	36
	INDICADORES DE LOGRO (IL)	36
	- Indicadores de logro – 1º ESO	37
	- Indicadores de logro – 2º ESO	38
	- Indicadores de logro – 3º ESO	40
	- Indicadores de logro – 4º ESO	43
	- Indicadores de logro – 1º BACHILLERATO.....	45
	Técnicas e instrumentos de evaluación:.....	48
	Momentos de evaluación	48
	Agentes de la evaluación	48
	Criterios de Calificación	49
N.	Orientaciones para la evaluación de la programación de aula y de la práctica docente.	60
O.	Procedimiento para la evaluación de la programación didáctica.....	62
P.	Anexo I. Secuenciación de contenidos de Educación Física IES Leonardo Da Vinci 2025/2026	63
Q.	Anexo II. Normas de clase.....	64

Referencias de género.

En el presente documento para facilitar la lectura de este, haciéndolo menos engorroso y lento, hemos optado por utilizar en la mayoría de los casos el género que globaliza lo masculino y femenino, cuando es necesario referirse a ambos simultáneamente (por ej. Alumnos para alumno y alumna, profesores para profesor y profesora, padres para madre y padre, etc.), sin ninguna intencionalidad de discriminación ni de tratamiento sexista en el lenguaje.

A. INTRODUCCIÓN: CONCEPTUALIZACIÓN Y CARACTERÍSTICAS DE LA MATERIA DE EF

En 1998 la **UNESCO** incitó a los gobiernos a que se comprometieran a establecer planes y programas educativos basados en las competencias.

Estas competencias se asentaban sobre 4 pilares básicos:

- **APRENDER A CONOCER** (teorías, ideas, definiciones, representaciones...). En Educación Física, el alumno aprende a conocer su cuerpo, las posibilidades y limitaciones de movimiento que este tiene, su funcionamiento y su entorno, aprende a superarse o aprende a conocer la lógica interna de los deportes.
- **APRENDER A HACER** (capacidades, habilidades, destrezas, estrategias). En Educación Física el énfasis se pone sobre la acción ¿Cuántas veces hemos escuchado que algo se aprende haciéndolo?
- **APRENDER A VIVIR JUNTOS** (solidaridad, empatía, resolución de conflictos...). Otros aspectos que se dan en el día a día en Educación Física son; respetar, vivir juntos, tolerar o empatizar.
- **APRENDER A SER** (autoestima, responsabilidad, autonomía...). No todos los alumnos son iguales y en las clases de Educación Física queda patente de manera muy explícita, ya que poco a poco el alumnado “aprende a ser” aceptando que unos corren más que otros, que otros tienen más creatividad o que otros bailan mejor.

Por lo tanto, la Educación Física contribuye a desarrollar estos 4 pilares básicos donde se asientan todas las **COMPETENCIAS CLAVE**.

Según el **INFORME EURYDICE** del año 2013, todos los países europeos reconocen la importancia de la Educación Física en la escuela, ya que ofrece una excelente oportunidad no solo para mejorar la condición física y la salud para toda la vida, sino también para ofrecer un desarrollo personal adecuado y favorecer la inclusión social del alumnado.

Los países con 5 horas a la semana de Educación Física como Finlandia obtienen mejores resultados académicos en el **INFORME PISA**, y un **ESTUDIO DE LA UNIVERSIDAD DE MALMÖ** llegó a la conclusión de que los alumnos que tenían 5 horas de Educación Física a la semana obtuvieron mejores notas en lenguaje, inglés y matemáticas que los que tenían 2 horas.

Por otra parte, el último **INFORME DE LA OMS** sobre la situación mundial de la actividad física del año 2022 nos dice que el 81% de los adolescentes no alcanza los

niveles de actividad física recomendados, de ahí también la importancia de nuestra materia, no sé si para crear hábitos, pero si al menos para demostrar que a través de la práctica de un buen ejercicio profesional la Educación Física es imprescindible en la escuela actual de cara a la sociedad.

Otros estudios que enfatizan la importancia de nuestra materia en el sistema educativo actual son aquellos basados en la **NEUROEDUCACIÓN**:

- Neurólogos como FERNANDO GÓMEZ PINILLA señalan que el cerebro que hoy tenemos se formó a través de la actividad física, y que nuestros genes necesitan de su práctica, ejemplo de ello fue la necesidad de la población por salir a pasear, correr o montar en bicicleta durante las horas establecidas por el gobierno en el confinamiento.
- Otras autoras como IRENE PELLICER dicen que la actividad física, en adelante AF, enciende el cerebro, concretamente la corteza prefrontal, responsable de acciones como: **PLANIFICAR Y ORGANIZAR** (relacionadas con la capacidad de autonomía); **ATENDER Y APRENDER ERRORES** (relacionadas con el conocimiento sobre uno mismo); **REGULAR Y EVALUAR** (relacionadas con la propia autorregulación y con el sentido de la responsabilidad) y que un cerebro silencioso es el símil de los problemas de salud que actualmente tenemos en las aulas (trastornos de ansiedad y depresión, trastornos de la atención, de la conducta o del propio aprendizaje).

Entendiendo que el cerebro de nuestros alumnos funciona mejor haciendo AF, **el reto principal de la EDUCACIÓN FÍSICA**, en adelante EF, será descubrir qué tipo, a qué intensidad y de qué forma debe realizarse la AF para mejorar el aprendizaje de nuestros alumnos, no solo en nuestra materia si no también en el resto de las materias curriculares.

En este sentido, **definimos la EF como:**

“La disciplina que a través del cuerpo y el movimiento se encarga de volver más competente a la persona”, entendiendo por competente “realizarse como persona para tener una mejor calidad de vida”.

Destacando el papel del profesor de Educación Física, que busca:

“Ayudar a los estudiantes a tener mejores experiencias en Educación Física, así como el deseo de utilizarlas” (DARYL SIEDENTOP, 1998).

En este sentido, la enseñanza de la EF no es una cuestión trivial o de relleno curricular, sino que se orienta hacia la **SALUD** y la utilización constructiva del tiempo de **OCIO**, es decir, hacia la **CALIDAD DE VIDA**.

Por ello **“No puede existir Educación sin Educación Física”** (MANIFIESTO MUNDIAL DE EDUCACIÓN FÍSICA, 2000).

Lo que nos lleva a hablar de la **ACTIVIDAD FÍSICA** como aspecto inherente al ser humano donde es necesario trabajar su percepción individual del cuerpo y su innegable

relación con el movimiento, dando respuesta a las necesidades actuales y futuras y revertiendo los datos de inactividad (PASOS, 2022). El conocimiento, cuidado y disfrute de su corporeidad pasa a ser una prioridad de los docentes de EF encargados de la **PROMOCIÓN DE LA SALUD FÍSICA Y MENTAL** a través del control de las acciones motrices y de los aspectos perceptivos y decisionales de las mismas.

Entre otros objetivos a destacar, puesto que nuestra asignatura es uno de los contextos idóneos para trabajarlos, es la **EDUCACIÓN INCLUSIVA Y EQUITATIVA**. Inclusiva, reduciendo las desigualdades mediante el uso de las habilidades sociales, el dialogo como resolución de conflictos o el trabajo basado en el respeto y equitativa al atender las necesidades e intereses de cada alumno de la forma más individualizada posible.

Mencionamos así uno de nuestros criterios de evaluación y a su vez objetivo de aprendizaje, “[...] lograr una actitud crítica frente a estereotipos, actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás” entendiendo la EF como el contexto idóneo para trabajar un problema social vigente.

Y es que el contexto deportivo actuaba y actúa como uno de los escaparates de promoción de actitudes y comportamientos en forma de valores, cultura y entorno natural de nuestra comunidad, Castilla y León, lo que no hace más que resaltar **la importancia de EDUCAR en su práctica**, ya sea como practicante, consumista o espectador.

¿Nuestro fin en EF? Empoderar al alumnado para que lleve una vida saludable y sostenible fomentando la tolerancia y una convivencia pacífica en torno al deporte y sus ámbitos (nutrición, bienestar social y emocional entre otros) generando hábitos saludables de vida contribuyendo al desarrollo integral del alumno teniendo presentes los objetivos aprobados por la Asamblea General de Naciones Unidas en su Agenda 2030 sobre el desarrollo Sostenible.

La formación en esta materia pretende aumentar la adquisición de competencias técnicas y profesionales necesarias, para poder acceder a diferentes actividades del ámbito salud, dando continuidad a la formación recibida en la etapa primaria bajo las bases del conocimiento: **pensamiento, acción y sentimiento**.

CON RESPECTO A LA CONTRIBUCIÓN DE LA EF AL LOGRO DE LOS OBJETIVOS DE ETAPA

La EF contribuye a desarrollar las capacidades necesarias para alcanzar todos los objetivos de la etapa de ESO, contribuyendo en mayor grado a algunos de ellos, como ser respetuoso y tolerante, para conseguir una ciudadanía democrática, sentando la base en la cooperación y la solidaridad entendiendo el desacuerdo como forma/momento de exponer sus puntos de vista y comprender los del resto de sus compañeros, valorando la honestidad como un valor esencial, y extrapolándolo del ámbito deportivo a cualquier contexto.

El fin, lograr el desarrollo personal del alumnado, FOMENTANDO la disciplina y el esfuerzo, individual o grupal, mediante la práctica de diferentes situaciones motrices, valorando la constancia y perseverancia, afrontando los errores como grandes

oportunidades de aprendizaje (resiliencia) aprendiendo y adquiriendo con la tolerancia a la frustración y considerando que el error educa.

Contribuiremos al desarrollo: emocional, crítico, empático y proactivo de la personalidad del alumnado, **potenciando** los comportamientos igualitarios frente a cualquier causa de exclusión o inequidad, rechazando los prejuicios y la violencia, así como la resolución pacífica de los conflictos que puedan surgir.

A lo largo de la etapa se potenciará que el alumnado conozca el funcionamiento de su propio cuerpo y el de los demás, aceptándolo como es, con las características individuales que lo hacen único; se abordará especialmente el respeto por la singularidad y la diferencia de todos los individuos. A través de su práctica se persigue que el alumnado aprenda a promover y proteger su propia salud y la de su entorno, físico y social.

Además, se ayudará **a crear y fomentar un espíritu crítico** respecto a las prácticas perjudiciales para la salud individual y colectiva, prestando especial atención al cuidado del medio ambiente y a la capacidad expresiva y artística.

La evolución del conocimiento científico hace imprescindible el aprendizaje con sentido crítico de las fuentes de información a las que se tiene acceso y que le ayudarán en su proceso de formación integral. Es importante, dotar al alumno de diversidad de experiencias o actividades físicas para dotarles de una visión global del mundo que los lleve a cuidarlo y respetarlo empezando por sí mismos, abarcando también las conductas sociales respecto a salud y consumo que incidan en la conservación y mejora del medio ambiente.

No se puede olvidar la capacidad expresiva y artística del ser humano, debiéndose potenciar desde diferentes niveles para contribuir a generar una riqueza de recursos y una sensibilidad ajustada a la actual sociedad.

Tabla 1. Grado de contribución al logro de los objetivos.

Grado de contribución al logro de los objetivos	a	b	c	d	e	f	g	h	i	j	k	l	m	n	ñ
	5	7	6	12	14	8	15	15	3	11	13	4	6	6	9
	*	*	*	**	**	*	**	**	*	**	**	*	*	*	*

¹ La relación establecida se ha configurado de la siguiente manera: 0-9 descriptores: contribución baja (*); 10-19: contribución media (**); mayor de 20: contribución alta (***)

A su vez, contribuye a la adquisición de las distintas competencias clave, en adelante CC, que conforman el Perfil de salida establecidas para el aprendizaje permanente por la LOMLOE de la siguiente manera:

- La **competencia en comunicación lingüística (CLL)** aprendiendo a expresarse, participando en interacciones comunicativas, comprendiendo y valorando textos y buscando información para para construir conocimiento y consolidar lo aprendido.

- La **Competencia plurilingüe (CP)** incide en la comunicación eficaz, respetando las diferencias lingüísticas en los diferentes eventos físico-deportivos y/o actividades.
- La **Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (STEM)**, relacionada con la búsqueda científica de los principios que rigen la práctica de AF saludable; la experimentación con el propio cuerpo y posibilidades de movimiento, necesitando del pensamiento científico, para comprender, localizar mejoras y rendir.
- La **Competencia digital (CD)** busca que el alumno consiga hacer un buen uso de la tecnología digital facilitando el aprendizaje y comunicación.
- La **Competencia personal, social y aprender a aprender (CPSAA)** está en la base misma de la EF cuando el objetivo es lograr el autoconocimiento y la autoaceptación, atendiendo y haciendo frente a las circunstancias personales, sociales y del medio en que se mueve, buscando su crecimiento personal y la fortaleza colectiva.
- La **Competencia ciudadana (CC)** aparece promoviendo la cohesión social, el respeto a las normas, la utilización del diálogo y la búsqueda de un estilo de vida sostenible.
- La **Competencia emprendedora (CE)**, estimula el autoconocimiento y genera soluciones óptimas y creativas en la práctica motriz u otra situación.
- Por último, la **Competencia en conciencia y expresión culturales (CCEC)** que incide en la capacidad e intencionalidad expresiva del cuerpo y el movimiento, creación y ejecución de contenidos artísticos, su valoración, el respeto a la expresión y comunicación de las ideas, opiniones, sentimientos y emociones y la convivencia.

Por ende, utilizando de base la relación competencial para la asignatura de Educación física del Anexo IV. Del vigente DECRETO 39/2022, el grado de contribución al logro de los objetivos viene determinado por el número de descriptores asociados a cada competencia y trabajados desde el ámbito de la asignatura. Esto se ve reflejado en la tabla 2 del documento.

Tabla 2. Grado de contribución al logro de las competencias.

Grado de contribución al desarrollo competencial	CLL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
	5/25	1/15	7/25	4/25	9/25	6/20	4/15	5/20
	**	*	***	**	***	**	**	**

² La relación establecida se ha configurado de la siguiente manera: 0-3 descriptores: contribución baja (*); 4-6: contribución media (**); mayor de 6: contribución alta (***).

B. DISEÑO DE LA EVALUACIÓN INICIAL

La **evaluación inicial** nos permite comprobar el grado de adquisición de las competencias específicas de EF, a partir de la realización de pruebas que valoren diferentes criterios de evaluación del curso anterior al actual.

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

Las competencias establecidas en el Perfil de salida del alumnado al término de primaria, junto a los objetivos generales de la etapa, concretan el marco de actuación para definir la serie de competencias específicas, valorando primeramente en qué punto se han logrado y cuál es el punto de partida para esta nueva etapa.

A continuación, se adjunta en la tabla 3 el desglose de los criterios, técnicas e instrumentos de evaluación utilizados para evaluar el contenido de las pruebas y el grado de participación del alumnado en ellas. Además, se detallan las fechas en las que se realizarán, el número de sesiones, y el agente evaluador para la ESO.

Tabla 3. Grado de adquisición de los criterios de evaluación.

Criterios de evaluación	Instrumento de evaluación	Número de sesiones	Agente evaluador	Observaciones
1.1 + 1.2	Cuaderno del alumno	2	Heteroevaluación	La evaluación inicial se llevó a cabo durante 4 sesiones, evaluando y autoevaluando los mismos o diferentes criterios en cada una de ellas.
1.1 + 1.2	Guía de observación	2	Autoevaluación	
1.4	Guía de observación	4	Heteroevaluación	
2.4	Guía de observación	2	Heteroevaluación	Instrumento: RÚBRICA
3.3	Guía de observación	2	Heteroevaluación	

A continuación, se muestra la rúbrica utilizada para la Evaluación Inicial. Mediante su uso, a través de juegos/deportes que implican comprensión de reglas y normas, diferentes desplazamientos, coordinación y pensamiento lógico (toma de decisiones) entre otras cosas, conocemos el nivel del que parte el alumno. Esto nos permite adaptar la programación de aula actual (criterios, contenidos y objetivos de aprendizaje de forma individualizada) al grupo-clase.

Figura 1. Rúbrica de la evaluación inicial empleada.

EVALUACIÓN INICIAL EF - IES LDV 24/25	EXCELENTE 3	BUENO 2	REGULAR 1	DEBE MEJORAR 0
APTITUD FÍSICA DIMENSIÓN MOTRIZ 15%	Tiene un excelente desarrollo de las habilidades motrices: desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones.	Tiene un buen desarrollo motor en las habilidades motrices excepto en una de ellas (giros o lanzamientos y recepciones)	Poco coordinado en las habilidades de saltos, giros, lanzamientos y recepciones pero consigue realizar las actividades con mayor dificultad que sus compañeros.	Se desplaza con torpeza y tiene dificultades en realizar saltos y giros. No sabe realizar lanzamientos correctamente y falla en las recepciones
APTITUD FÍSICA DIMENSIÓN FISIOLÓGICA (TEST de CF - Valoración) 15%	Completa todos los test y anota los resultados. T. COOPER Es capaz de correr a un ritmo constante alto sin pararse durante 12'	T. COOPER Es capaz de correr a un ritmo constante bajo sin pararse durante 12'	T. COOPER Es capaz de correr, parándose a veces, durante 12'	T. COOPER No es capaz de acabar el ejercicio.
COGNITIVO - MOVIMIENTO Y PENSAMIENTO COMPRENSIÓN DE REGLAS Y NORMAS Y ORGANIZACIÓN DE ACTIVIDADES 20%	Comprende tanto las normas y reglas de los juegos. Coordinación y pensamiento táctico muy bueno.	Comprende tanto las normas y reglas de los juegos. Coordinación y pensamiento táctico bueno.	Comprende normas y reglas de los juegos. Dificultades a nivel de coordinación o táctica.	No comprende las normas y reglas de los juegos. Muchas dificultades coordinativas en relación a las tareas.
RETO COOPERATIVO - NIVEL SOCIAL ACTITUD Y PARTICIPACIÓN 15%	Se relaciona con todos los compañeros independientemente de si son amigos. Ayuda al resto de compañeros y al profesor. Respeta las normas.	Se relaciona con la mayoría de sus compañeros pero con algunos no quiere jugar o realizar las actividades. Ayuda al resto. Respeta las normas.	Tiene dificultades para relacionarse con sus compañero. Dificultad en agrupaciones. O incumple las normas de forma voluntaria.	No esta integrado en el grupo clase. Suele ser de los últimos en las elecciones de clase y le cuesta unirse a otros compañeros en actividades común.
RETOS COOPERATIVOS / JUEGOS- NIVEL EMOCIONAL 20%	Relativiza el resultado. Gestiona bien la derrota. Se esfuerza para superarse, participa y colabora, respetando las decisiones y proponiendo otras.	Casi siempre.	Se enfada cuando el resultado del juego no es de su agrado. A veces no se implica o molesta en el transcurso de la misma.	Se enfada, se frustra cuando pierde o cuando no consigue el objetivo. Lloro o se entristece con facilidad
TRABAJO AUTÓNOMO 15%	Es capaz de trabajar solo siguiendo las indicaciones con éxito. Diseña y crea composiciones colectivas.	Casi siempre	A veces	NO es capaz de trabajar de forma autónoma.

C. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y VINCULACIONES CON LOS DESCRIPTORES OPERATIVOS: MAPA DE RELACIONES COMPETENCIALES

Las competencias específicas de Educación Física son las establecidas en el anexo III del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre. El mapa de relaciones competenciales de dicha materia se establece en el anexo IV del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre.

Los descriptores operativos de las competencias clave son el marco de referencia a partir del cual se concretan las competencias específicas, convirtiéndose así éstas en un segundo nivel de concreción de las primeras, ahora sí, específicas para cada materia.

En el caso de EF, se organizan en cinco ejes nucleares que se relacionan:

- La promoción y desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, conducente a mejorar la calidad de vida del alumnado basándose en la evidencia científica.
- Para ello, ayudará la realización de actividades físicas de diversa índole (deportivas, expresivas y recreativas) con diferentes lógicas internas, que le haga progresivamente más autónomo y que aumente su capacidad de superación, crecimiento y resiliencia frente a retos motores.
- En este marco es indispensable el trabajo del respeto hacia las emociones propias y colectivas que se ponen en juego durante la práctica de actividad física y deportiva, incorporando la diferencia como un valor añadido y aprendiendo a gestionar el éxito y el fracaso, además de rechazar las conductas antideportivas y contrarias a la convivencia.
- Íntimamente relacionado con la práctica física se encuentra el desarrollo de la cultura motriz y de la expresividad ligada al cuerpo y el movimiento a través de la práctica de actividades de variada naturaleza, valorando la diversidad cultural presente en las diferentes manifestaciones motrices.
- Para finalizar, busca el desarrollo de un estilo de vida sostenible y responsable en la práctica físico-deportiva que contribuya a la conservación del medio.

Las competencias específicas aparecen definidas en el artículo 2 del Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, como los desempeños que el alumnado debe poder realizar en actividades, tareas o situaciones. Para su abordaje, requerirán de los saberes básicos del área. Estas competencias específicas se convierten en el **elemento de conexión existente entre el perfil de salida del alumnado, del que se extraen, y los criterios de evaluación y los contenidos del área**. Por norma general, expresarán **QUÉ** capacidad/es se desean conseguir, el **CÓMO** alcanzarlas y **CUÁL** es su finalidad.

ACTUAN COMO PRIMER REFERENTE DEL TRABAJO COMPETENCIAL DE LA MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA.

La **vinculación entre descriptores operativos y competencias específicas** propicia que de la evaluación de estas últimas pueda colegirse el grado de adquisición de las competencias clave definidas en el Perfil de salida y, por tanto, la consecución de las competencias y objetivos previstos para la etapa.

Dicha vinculación de los descriptores operativos del Perfil de salida con las competencias específicas aparece recogida en el mapa de relaciones competenciales del Anexo IV del DECRETO 39/2022. Siendo el conjunto de mapas de relaciones

competenciales de las materias que integra nuestro centro, lo que nos permitirá conocer la contribución de dichas materias al desarrollo competencial del alumnado.

En EF se incorporarán las competencias específicas propias con el fin de identificar las metas hacia las que orientar el proceso de enseñanza-aprendizaje

Las competencias específicas para esta área son:

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

En la figura 2 se muestra el mapa de relaciones competenciales para la materia de EF, según el DECRETO 39/2022. Este mapa representa la vinculación de los descriptores operativos del Perfil de Salida con las competencias específicas. **Esto permite saber qué grado de contribución tienen la materia de EF al desarrollo competencial del alumnado.**

Figura 2. Mapa de relaciones competenciales para la materia de EF.

		Competencia en Comunicación Lingüística				Competencia Plurilingüe			Competencia Matemática y Competencia en Ciencia, Tecnología e Ingeniería				Competencia Digital					Competencia Personal, Social y de Aprender a Aprender					Competencia Ciudadana				Competencia Emprendedora			Competencia en Conciencia y Expresión Culturales				Vinculaciones Decreto			
		CCL1	CCL2	CCL3	CCL4	CCL5	CP1	CP2	CP3	STEM 1	STEM 2	STEM 3	STEM 4	STEM 5	CD 1	CD 2	CD 3	CD 4	CD 5	CPSAA 1	CPSAA 2	CPSAA 3	CPSAA 4	CPSAA 5	CC 1	CC 2	CC 3	CC 4	CE 1	CE 2	CE 3	CCEC 1	CCEC 2		CCEC 3	CCEC 4	
Educación Física	Competencia Específica 1		1	1						1	1			1	1	1	1	1			1		1													11	
	Competencia Específica 2									1		1								1			1	1						1	1					7	
	Competencia Específica 3	1				1			1											1		1		1	1	1							1		10		
	Competencia Específica 4	1																			1										1	1	1	1	8		
	Competencia Específica 5											1		1													1	1		1						5	
Decreto	Vinculaciones por Descriptor	2	1	1	0	1	0	0	1	2	2	1	0	2	1	1	1	1	0	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	2	1	1	2	1	41
	Vinculaciones x Competencia	5				1			7				4					9					6				4			5							

SEPTIEMBRE							OCTUBRE							NOVIEMBRE							
L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	
1	2	3	4	5	6	7				1	2	3	4	5					1	2	
8	9	10	11	12	13	14	6	7	8	9	10	11	12	3	4	5	6	7	8	9	
15	16	17	18	19	20	21	13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14	15	16	
22	23	24	25	26	27	28	20	21	22	23	24	25	26	17	18	19	20	21	22	23	
29	30						27	28	29	30	31			24	25	26	27	28	29	30	
DICIEMBRE							ENERO							FEBRERO							
L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	
1	2	3	4	5	6	7				1	2	3	4							1	
8	9	10	11	12	13	14	5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8	
15	16	17	18	19	20	21	12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15	
22	23	24	25	26	27	28	19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22	
29	30	31					26	27	28	29	30	31		23	24	25	26	27	28		
MARZO							ABRIL							MAYO							
L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	
						1				1	2	3	4	5					1	2	3
2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12	4	5	6	7	8	9	10	
9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19	11	12	13	14	15	16	17	
16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26	18	19	20	21	22	23	24	
23	24	25	26	27	28	29	27	28	29	30				25	26	27	28	29	30	31	
30	31																				
JUNIO																					
L	M	X	J	V	S	D															
1	2	3	4	5	6	7															
8	9	10	11	12	13	14															
15	16	17	18	19	20	21															
22	23	24	25	26	27	28															
29	30																				

En el **ANEXO I** se puede visualizar toda la programación didáctica del curso 2025/2026 a través de una infografía diseñada por el Departamento. A continuación, se divide la secuencia de UD por cada curso:

Tabla 4. Secuenciación de las Unidades de trabajo según el trimestre y el número de sesiones.

1º ESO	SITUACIONES DE APRENDIZAJE	UNIDAD DE APRENDIZAJE	SESIONES
1º TRIMESTRE	SA 1: Retos Cooperativos (Evaluación inicial)	1	3
	SA 2: Condición física	2	14
	SA 3: Combas	3	6
2º TRIMESTRE	SA 4: Dep. Alternativo: Datchball	4	5
	SA 5: Pickleball	5	7
	SA 6: Jugger	6	6
3º TRIMESTRE	SA 7: Fútbol	7	8
	SA 8: Parkour	8	7
	SA 9: Rastreo	9	4
	SA 10: Deporte y sociedad	10	2

2º ESO	SITUACIONES DE APRENDIZAJE	UNIDAD DE APRENDIZAJE	SESIONES
1º TRIMESTRE	SA 1: Retos Cooperativos (Evaluación inicial)	1	3
	SA 2: Condición Física	2	14
	SA 3: Combas	3	4
	SA 4: Expresión corporal (Jackass)	4	4
2º TRIMESTRE	SA 5: Deporte Alternativo: Tchoukball	5	5
	SA 6: Pickleball / Minitenis	6	7
	SA 7: Jugger	7	5
3º TRIMESTRE	SA 8: Fútbol	8	8
	SA 9: Parkour	9	7
	SA 10: Rastreo	10	4
	SA 11: Deporte y sociedad	10	2

3º ESO	SITUACIONES DE APRENDIZAJE	UNIDAD DE APRENDIZAJE	SESIONES
1º TRIMESTRE	SA 1: Retos Cooperativos (Evaluación inicial)	1	3
	SA 2: Condición Física: Resistencia y Fuerza	2	15
	SA 3: Dep. Alternativo: Datchball / Ultimate / Jugger	3	6
2º TRIMESTRE	SA 4: Smashball	4	8
	SA 5: Primeros auxilios y nutrición	5	4
	SA 6: Baloncesto	6	8
3º TRIMESTRE	SA 7: Expresión corporal	7	5
	SA 8: Orientación	8	4
	SA 9: Bádminton	9	7
	SA 10: Deporte y sociedad	10	2

4º ESO	SITUACIONES DE APRENDIZAJE	UNIDAD DE APRENDIZAJE	SESIONES
1º TRIMESTRE	SA 1: Retos Cooperativos (Evaluación inicial)	1	3
	SA 2: Condición Física: Resistencia y Fuerza	2	15
	SA 3: Ultimate	3	6
2º TRIMESTRE	SA 4: Tchouckball	4	8
	SA 5: Nutrición y 1º Auxilios	5	4
	SA 6: Rugby tag	6	8
3º TRIMESTRE	SA 7: Expresión corporal.	7	5
	SA 8: Orientación	8	4
	SA 9: Pádel /Tenis	9	7
	SA 10: Deporte y sociedad	10	2

1º BACH	SITUACIONES DE APRENDIZAJE	UNIDAD TEMPORAL DE APRENDIZAJE	SESIONES
1º TRIMESTRE	SA 1: Scape Room Evaluación Inicial	1	3
	SA 2: Condición Física: Planificación de la Resistencia y fuerza. Proyecto HYROX	2	15
	SA 3: Ultimate	3	6
2º TRIMESTRE	SA 4: Balonmano	4	8
	SA 5: Nutrición y Lesiones. PODCAST con entrevistas	5	4
	SA 6: Rugby tag	6	8
	SA 7: Expresión corporal.	7	5
3º TRIMESTRE	SA 8: Orientación Deportiva + ciclismo	8	4
	SA 9: Tenis / PADEL	9	7
	SA 10: Deporte y sociedad	10	2

E. CONTENIDOS DE CARÁCTER TRANSVERSAL.

Tabla 5. Relación de contenidos transversales en cada SA por cursos

1º ESO

CONTENIDOS TRANSVERSALES	SA1	SA2	SA3	SA4	SA5	SA6	SA7	SA8	SA9	SA10
CT1.Compreensión lectora	X			X	X	X	X		X	X
CT2. Expresión oral y escrita		X			X	X	X	X		X
CT3.La comunicación audiovisual		X		X	X				X	
CT4. Competencia digital		X	X		X			X		X
CT5.Emprendimiento social y Empresarial	X		X	X				X		
CT6. Fomento del espíritu crítico y científico		X					X			X
CT7.Educación emocional y valores	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
CT8. Igualdad de Género	X	X	X				X			
CT9. La Creatividad	X		X			X				
CT10. La educación para la Salud	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
CT11. La formación estética			X							
CT12. Educación para la sostenibilidad y el consumo responsable		X			X	X				
CT13. Respeto mutuo y cooperación entre iguales	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
CT14. Las TIC y su uso ético y responsable		X	X	X	X			X		
CT15. Educación para la convivencia escolar	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X

2º ESO

CONTENIDOS TRANSVERSALES	SA1	SA2	SA3	SA4	SA5	SA6	SA7	SA8	SA9	SA10
CT1.Comprensión lectora	X			X	X	X	X		X	X
CT2. Expresión oral y escrita		X			X	X	X	X		X
CT3.La comunicación audiovisual		X		X	X				X	
CT4. La competencia digital		X	X		X			X		X
CT5.Emprendimiento social y Empresarial	X		X	X				X		
CT6. Fomento del espíritu crítico y científico		X					X			X
CT7.Educación emocional y valores	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
CT8. Igualdad de Género	X	X	X				X			
CT9. La Creatividad	X		X			X				
CT10. La educación para la Salud	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
CT11. La formación estética			X							
CT12. La educación para la sostenibilidad y el consumo responsable		X			X	X				
CT13. Respeto mutuo y cooperación entre iguales	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
CT14. Las TIC y su uso ético y responsable		X	X	X	X			X		
CT15. Educación para la convivencia escolar	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X

3º ESO

CONTENIDOS TRANSVERSALES	SA1	SA2	SA3	SA4	SA5	SA6	SA7	SA8	SA9	SA10
CT1.Compreensión lectora		X		X	X	X		X	X	X
CT2. Expresión oral y escrita	X	X		X	X	X		X	X	X
CT3.La comunicación audiovisual		X	X		X	X	X		X	
CT4. La competencia digital		X	X		X	X		X		X
CT5.Emprendimiento social y Empresarial		X	X	X	X		X	X		
CT6. Fomento del espíritu crítico y científico		X			X	X			X	X
CT7.Educación emocional y valores	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
CT8. Igualdad de Género	X	X			X		X			
CT9. La Creatividad	X					X	X	X		
CT10. La educación para la Salud	X	X	X	X	X	X	X	X	X	
CT11. La formación estética							X			
CT12. La educación para la sostenibilidad y el consumo responsable		X	X					X		
CT13. Respeto mutuo y cooperación entre iguales	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
CT14. Las TIC y su uso ético y responsable		X	X		X	X		X		
CT15. Educación para la convivencia escolar	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X

4º ESO

CONTENIDOS TRANSVERSALES	SA1	SA2	SA3	SA4	SA5	SA6	SA7	SA8	SA9	SA10
CT1.Comprensión lectora		X		X	X	X		X	X	X
CT2. Expresión oral y escrita	X	X		X	X	X		X	X	X
CT3.La comunicación audiovisual		X	X		X	X	X		X	
CT4. La competencia digital		X	X		X	X		X		X
CT5.Emprendimiento social y Empresarial		X	X	X	X		X	X		
CT6. Fomento del espíritu crítico y científico		X			X	X			X	X
CT7.Educación emocional y valores	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
CT8. Igualdad de Género	X	X			X		X			
CT9. La Creatividad	X					X	X	X		
CT10. La educación para la Salud	X	X	X	X	X	X	X	X	X	
CT11. La formación estética							X			
CT12. La educación para la sostenibilidad y el consumo responsable		X	X					X		
CT13. Respeto mutuo y cooperación entre iguales	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
CT14. Las TIC y su uso ético y responsable		X	X		X	X		X		
CT15. Educación para la convivencia escolar	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X

1º BACHILLERATO

CONTENIDOS TRANSVERSALES	SA1	SA2	SA3	SA4	SA5	SA6	SA7	SA8	SA9	SA10
CT1 Comprensión lectora	X	X		X	X					X
CT2 Expresión oral y escrita		X		X	X			X		X
CT3 Emprendimiento social y Empresarial		X		X	X		X	X		
CT4 Educación emocional y en Valores	X	X	X	X		X	X	X	X	X
CT5 Igualdad de Género	X	X	X	X		X	X		X	X
CT6 El respeto mutuo y la cooperación entre iguales	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
CT7 Las TIC y su uso responsable		X			X			X		X
CT8 Educación para la convivencia escolar	X	X	X	X		X	X	X	x	

F. METODOLOGÍA DIDÁCTICA

PRINCIPIOS METODOLÓGICOS

Siguiendo los artículos 12 y 13 y 11 y 12 de los D. 39/2022 y 40/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la ESO y Bachillerato respectivamente, así como la propuesta curricular de centro tanto de la ESO como de Bachillerato, en la materia de EF se apuesta por:

Una metodología activa, participativa y reflexiva primando los basados en el descubrimiento ya que implican más cognitivamente al alumno/a que la reproducción, aunque estos sean también necesarios a la hora de impartir ciertos contenidos procedimentales, como la técnica de un deporte, siempre que se asegure una práctica “variada”, no estereotipada y que implique cognitivamente.

De acuerdo con las orientaciones propuestas en el currículo de nuestra CCAA, utilizando principalmente **Metodologías Activas e innovadoras**, donde el alumno tenga un rol activo y participativo que se verá reflejado en la toma de decisiones, en la organización de actividades, y en su desarrollo e incluso en la propia evaluación al realizar auto y coevaluaciones.

Se busca el desempeño activo y participativo del alumno, con capacidad reflexiva y aprendizaje por sí mismos. Donde el Docente sea mediador con el fin de ir dotando de una progresiva autonomía a una autonomía casi total. Debiendo asegurar la transversalidad temática, interdisciplinariedad e integración diferentes saberes para el trabajo competencial bajo un Trabajo en equipo por parte del profesorado.

Cabe destacar las siguientes Metodologías Activas e innovadoras:

- **Aprendizaje basado en problemas.** Proponemos situaciones problema a los alumnos para que investiguen y reflexionen.
- **Aprendizaje basado en proyectos.** Basado en la resolución de problemas buscamos la implicación del alumnado en procesos de investigación o creación, de manera relativamente autónoma, que culmina con la presentación ante los demás de un producto final como coreografías o videotutoriales.
- **Estudio de casos:** Se basa en situaciones problema de la vida real para su estudio y análisis. Proponemos simulaciones para que se involucren en la dramatización y representación de escenas.
- **La gamificación en el aula.** Utilizar el funcionamiento y la mecánica del juego, aprovechando sus ventajas como elemento motivador, social e interactivo. Para ello, utilizar los recursos que pone a nuestra disposición Internet, a través de Plickers y Kahoot para los contenidos teóricos, o el uso de un Scape Room.
- **El aprendizaje cooperativo.** Donde los alumnos trabajan en equipo para realizar las tareas de manera colectiva y de esta manera convertirlas en una experiencia social y académica de aprendizaje constituirá una herramienta fundamental en nuestra práctica educativa.
- **La Clase invertida (Flipped Classroom).** Los alumnos trabajan algunos de los contenidos teóricos de la materia a nivel audiovisual, como trabajo personal en sus casas y mediante material digital editado y enriquecido por el docente.

Todas estas propuestas metodológicas convivirán, por lo tanto, en nuestras clases con estilos más tradicionales como los propuestos por Delgado Noguera: estilos de búsqueda, fundamentalmente activos y estilos de instrucción directa.

En la **sección bilingüe** el enfoque comunicativo será imprescindible para el desarrollo y adquisición de las competencias clave y específicas de la lengua extranjera pero también en el desarrollo del contenido transversal: expresión oral y escrita.

A su vez la metodología contemplará diferentes adaptaciones frente a la diversidad de capacidades e intereses del aula. Por ello debemos prever **distintos niveles de dificultad o profundización en nuestras tareas**, donde destacan las tareas o actividades de refuerzo y las de ampliación.

El **proceso de enseñanza-aprendizaje** estará **sistematizado y secuenciado**, con propuestas educativas que, sobre la base de los conocimientos, actitudes y procedimientos adquiridos previamente, supongan esfuerzos respecto a situaciones anteriores.

- La **utilización de técnicas variadas y motivadoras** como por ejemplo la expositiva, la demostración, el descubrimiento, la representación de roles, la experimentación o la colaboración y cooperación.
- Todo ello mediante el **empleo de modelos pedagógicos** como por ejemplo el aprendizaje cooperativo (AC), el modelo comprensivo (MC), el modelo de responsabilidad personal y social (MRPS) el estilo actitudinal (EA) o el modelo de educación deportiva (MED) tal y como se recomienda en el anexo III de los DC 39/2022 y 40/2022, de 29 septiembre en la Comunidad de Castilla y León.
- El uso de las TIC a través de la plataforma educativa Microsoft TEAMS.

En definitiva, se respetarán los principios básicos del aprendizaje, en función de las características del alumnado, así como, la naturaleza de la materia de EF, las condiciones socioculturales del centro y los recursos que disponemos.

Respecto al **tipo de estrategia** tendrá como punto de partida tanto el nivel competencial inicial del alumno como su realidad contemplando una amplia diversidad de contextos de aprendizaje que aseguren la transferencia de los aprendizajes a diferentes contextos de aprendizaje; esto asegurará que a lo largo del tiempo se resuelvan los problemas en entornos reales. Se deberá mantener una actitud abierta a la metodología analítica, ya que permite eliminar riesgos y facilitar la progresión de algunos contenidos, como 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 y si dotar de experiencias prácticas y positivas al alumnado para que continúe su práctica deportiva en un futuro.

Entre los fundamentos teóricos del modelo de educación por competencias desarrollados por DeSeCo, destaca que las competencias clave se asientan **sobre tres pilares**: la **actuación autónoma** (en situaciones personales y sociales, simples y complejas), la **interacción con grupos heterogéneos** (para relacionarse, cooperar y resolver situaciones) y el **uso interactivo de herramientas** (desde el lenguaje hablado y escrito y otros lenguajes formales hasta las TIC).

Por otra parte, intentaremos animar al alumnado en su aprendizaje a través de refuerzos positivos para generar un sentimiento de autoestima, de capacidad de competencia imprescindible para la práctica físico-deportiva.

Concebimos la educación como un **proceso constructivo y reflexivo** permitiendo un aprendizaje significativo, a través de un **modelo de enseñanza activo**, 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 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. Todo ello se llevará a cabo mediante el uso de diferentes **Modelos pedagógicos** como el estilo actitudinal, el modelo comprensivo del deporte o el aprendizaje cooperativo, con el fin de potenciar determinados aspectos o intenciones en los alumnos y adaptar aún más esta enseñanza a su contexto.

Ante todo, la práctica docente garantizará la **personalización del aprendizaje**, la **igualdad de oportunidades** y la **inclusión educativa** a través de la puesta en práctica de los principios del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA).

TIPOS DE AGRUPAMIENTOS

Dentro de cada SA se realizarán actividades **utilizando diferentes agrupamientos** desde libre (con o sin restricciones); tomando como referencia los resultados de un test sociométrico; basado en las observaciones realizadas en días precedentes; aleatoriamente, por afinidad..., el criterio fundamental será la variedad trabajando unas veces de forma individual, otras en parejas, por nivel heterogéneo, homogéneo o en gran grupo (toda la clase). Usaremos diferentes estrategias como la participación solidaria utilizada por Fraile (2008) o la utilización de recursos como la baraja permitiéndonos modificar grupos al instante (colores, palos, pares...), sin olvidar las apps destinadas para ese fin como Roulette o los juegos de activación prepráctica.

El **objetivo** es propiciar la relación con diferentes compañeros, para adquirir actitudes no discriminatorias, para suscitar relaciones comunicativas y, en suma, para educar para/con la convivencia. Además, se buscará favorecer los procesos de diálogo como resolución de problemas y las situaciones de discrepancia en la competición; buscando la ayuda mutua y resolución conjunta.

Por ejemplo, en 4º de ESO dentro de la SA 2 sobre Condición física y de forma específica sobre el contenido de resistencia, se crearán grupos según el nivel de esta para poder trabajar adaptado a sus características físicas. Otro ejemplo es la SA10 de Fútbol formativo donde usaremos la estrategia de participación solidaria para dotar a los capitanes de una responsabilidad extra para con el grupo y hacer equipos lo más heterogéneos posibles utilizando a su vez la afinidad de estos buscando generar experiencias positivas de práctica.

ORGANIZACIÓN DE LOS TIEMPOS EN LA SESIÓN

Con respecto a la gestión de tiempos, aunque estén establecidos según la organización de la sesión y sus partes, siempre respetaran la diversidad del aula y los diferentes ritmos de aprendizaje ajustándose a estos y al tipo de actividad sabiendo que no todo el alumnado es capaz de aprender al mismo ritmo según que contenido se imparta. Los tiempos de la sesión se dividirán en:

- La parte inicial de la sesión, situados en asamblea, realizando una breve explicación sobre lo que se va a hacer y lo que se pretende conseguir.
- El calentamiento, general y específico.
- La parte principal, con el grueso del tiempo (40' aproximadamente) destinado a la consecución de los objetivos propuestos para la sesión.
- La “vuelta a la calma”, últimos 5' en asamblea, busca la recuperación progresiva a nivel físico y psicológico y la reflexión sobre el contenido dado.

Los **contenidos conceptuales** se darán generalmente mediante un modelo de sesión de clase invertida utilizando la metodología **Flipped Classroom utilizando EdPuzzle o los documentos/ videos colgados en Teams** (plataforma oficial para la comunicación con los alumnos). Además, si el contenido lo requiere se destinarán los primeros 10 minutos de la clase o una sesión completa a nivel presencial. Los contenidos impartidos irán en relación con los contenidos procedimentales con los que estén directamente relacionados. Estos contenidos conceptuales se encontrarán siempre en el TEAMS, con el objetivo de aumentar el tiempo de práctica.

ORGANIZACIÓN DE ESPACIOS.

Tanto la organización de tiempos y espacios, serán flexibles atendiendo al tipo de actividad a desarrollar y a la estrategia que se quiera trabajar.

El entorno de aprendizaje deberá favorecer la confianza personal para que aumenten las garantías de adquisición de las competencias del alumnado. Los espacios se utilizarán beneficiando la interacción, cohesión, ejecución sistemática o colaborativa, etc.... dependiendo de la situación de aprendizaje abordada y del objetivo de aprendizaje que se esté trabajando, buscando así la experimentación, el uso de las TIC o la investigación en otros momentos del proceso.

Se establecen tres pretensiones en cuanto al espacio:

- Fácil acceso a la información (durante explicaciones, demostraciones...)
- Dificultar la lejanía de los alumnos más inseguros que pretenden ser invisibles.
- Permitir el mayor aprovechamiento del material y del espacio de práctica

Las actividades serán múltiples, variadas y con un carácter lúdico e inclusivo para buscar la motivación del alumnado, pudiendo trasladarse al tiempo libre del alumnado y registrándose con aplicaciones como STRAVA, llevarse a cabo en espacios reducidos mediante juegos modificados para fomentar la reflexión y el pensamiento crítico del alumnado, como ocurre en la SA de Fútbol modificando las dimensiones del campo en beneficio de una progresión u el objetivo; o realizándose en el entorno natural para que los alumnos lo conozcan y aprendan a valorarlo y cuidarlo, como ocurre en Bachillerato dentro de la SA de Orientación deportiva.

G. SECCIÓN EDUCACIÓN FÍSICA BILINGÜE - PHYSICAL EDUCATION

METODOLOGÍA DE LA SECCIÓN BILINGÜE

Como marca la ley, los contenidos de la asignatura de la lengua extranjera se impartirán al 100% en inglés. En cuanto a la **modalidad bilingüe en la asignatura de EF**, será adecuado y deseable que se imparta el mayor porcentaje de los contenidos posibles en inglés como lengua vehicular. Esto dependerá, en gran medida, de la capacidad y formación de estudiantes y docentes que reciben e imparten la materia.

Atendiendo a esta casuística, se utilizará el inglés como base de comunicación, recurriendo al español cuando el docente estime oportuno en cuanto a los términos propios de la disciplina con el fin de asegurarse de que los alumnos aprenden estos conceptos en ambos idiomas.

Se atenderá siempre al perfil lingüístico, formación metodológica y características de cada grupo de alumnos, entre las cuales destacamos:

- **1º ESO** – Nos encontramos con un grupo bastante numeroso, tenemos un total de 21 estudiantes. Dentro del grupo clase parece que tienen buena adaptación al inglés al menos a la hora de comprender las sesiones, si es cierto que un $\frac{1}{4}$ de clase les cuesta la expresión oral, aun así, su participación es activa y buena.
- **2º ESO** – Este grupo ha aumentado su alumnado con 2 no bilingües de 1º pero que cumple con los niveles mínimos para poder dar la clase en inglés sin problemas. Tiene muy buena predisposición y la mayoría participa en el intercambio comunicativo con iniciativa propia. Destacan por su iniciativa, predisposición y actitud en el aula.
- **3º ESO** – Muy buen nivel de inglés y una predisposición positiva por la materia y la lengua vehicular. Se busca una comunicación bidireccional constante.
- **4º ESO** – Lo componen 6 alumnos sin problemas en la comprensión ni comunicación oral, pero con dificultades en el intercambio lingüístico por parte de alguno de ellos, siendo nuestro foco de atención.

Por ende, y con el fin de dar continuidad a la metodología empleada en los diferentes cursos de la ESO a través de otras áreas bilingües, se perseguirá utilizar la lengua inglesa, como mínimo, el 80% del tiempo siendo nuestro principal objetivo facilitar la EXPRESIÓN ORAL por parte del alumnado.

En cada unidad se elabora un portfolio de aprendizaje donde encontrarán:

- La información previa sobre los objetivos de aprendizaje /criterios de evaluación en castellano.
- La explicación de los contenidos teóricos en inglés, lengua vehicular de la asignatura. Resaltando y/o traduciendo los conceptos básicos para que queden perfectamente claros.
- Instrumentos de evaluación de esa unidad en español (heteroevaluación) e inglés (auto y coevaluaciones).
- Información extra y links de interés en inglés y español (webs) que permitirán profundizar en la materia.

En cuanto a las explicaciones teóricas en inglés, irán acompañadas de aclaraciones conceptuales en español, si así lo requiere el desarrollo de la clase o la tarea, pudiendo dotar de continuidad al proceso de enseñanza-aprendizaje.

En todos los trimestres, se realizará y evaluará una prueba oral (expresión oral) donde el alumno desarrolle un contenido teórico además de la prueba escrita donde se evaluará comprensión escrita de la materia en la lengua inglesa.

El desarrollo de los trabajos de investigación también deberá ser realizados en inglés siendo importante comprobar la expresión escrita.

Es oportuno resaltar la necesidad de tener una visión flexible de la aplicación del porcentaje del uso de la lengua inglesa, ya que dependiendo de la asignatura y del docente el planteamiento podría variar, siempre respetando el mínimo exigido por ley.

Líneas metodológicas prioritarias:

- La metodología en todas las áreas impartidas en inglés es comunicativa. Es decir, **se presta más atención al éxito en los intercambios comunicativos** que a la corrección lingüística.
- El grado de comprensión oral en inglés de los alumnos de la ESO es alto, y los alumnos son capaces de seguir las explicaciones, por eso, el objetivo prioritario es que la **metodología comunicativa** unidireccional se haga **bidireccional**. Los alumnos tienden a expresarse oralmente en su lengua materna, y es el docente el que los anima a utilizar el inglés, facilitando las estructuras y animando a los alumnos a **poner en práctica situaciones comunicativas** partiendo de una metodología oral basada en rutinas, repeticiones, juegos complementados por apoyos visuales, que hacen que la comprensión se desarrolle de forma significativa y contextualizada, en nuestro caso, **en el ámbito deportivo**.
- Un objetivo prioritario en la verdadera inmersión lingüística es que el alumno tenga que **pensar en el idioma estudiado**, por eso se hará el mayor esfuerzo por impartir la asignatura completamente en inglés, para lo que es imprescindible mucho apoyo visual y de las TIC. **Y sólo usar el castellano como último recurso para conseguir la comprensión de algunos conceptos complejos**.
- Se deberá establecer relaciones entre aprendizajes previos y nuevos.
- La corrección se realizará de forma individualizada o en grupo, según se requiera. **El error forma parte del aprendizaje, por eso se normaliza y no se penaliza**. Esta actitud fomenta la autocorrección y la necesidad de ayudar al compañero.

Se dará uso de la **metodología CLIL** (Content and Language Integrated Learning), basada en el aprendizaje de las lenguas extranjeras a través de la enseñanza de materias comunes lo que permitirá al alumnado tener un mayor alcance en cuanto al contenido y al lenguaje al estar incluido en las situaciones diarias, o propias de cada asignatura. Siendo la piedra angular para esta metodología el Trabajo Cooperativo tan ligado a nuestra materia y una **hibridación de una metodología expositiva y actitudinal que implique la participación de los alumnos y buenas experiencias en la lengua inglesa**.

En cuanto al contenido impartido será idéntico en cantidad y calidad al desarrollado en la sección “no bilingüe” buscando la profundización de los contenidos en la asignatura y usando el idioma inglés como base de trabajo. A este trabajo se le suma el

desarrollo del proyecto interdisciplinar de la sección, abordando durante todo el curso un contenido para investigar, elaborar, crear y poner en práctica la lengua inglesa.

H. CONCRECIÓN DE LOS PROYECTOS SIGNIFICATIVOS

Desde la materia de Educación Física se desarrollarán los siguientes proyectos significativos para fomentar la resolución colaborativa de problemas, reforzar la autoestima, la autonomía, la reflexión y la responsabilidad del alumno.

Tabla 6. Proyectos significativos.

Título	Temporalización por trimestres	Tipo de aprendizaje	Materia
“Albenses saludables”	Todo el curso	Disciplinar	EF – ESO + BACH
“Podcast albense”	2º trimestre	Disciplinar	EF – ESO + BACH
“Recreos activos”	Todo el curso	Disciplinar	EF – ESO + BACH
“Proyecto bilingüe”	Todo el curso	Interdisciplinar	Sección bilingüe
“Carrera solidaria”	1º trimestre	Interdisciplinar	EF - IES

PROYECTO “ALBENSES SALUDABLES”:

El proyecto se justifica sobre la realidad sedentaria de nuestro alumnado, el cual destina su tiempo de ocio en la televisión, ordenador y los videojuegos y alcanza las 3h al día, acompañada de alimentos calóricos, poco saludables, como patatas fritas. Siendo conscientes de que el 64.7% de nuestros alumnos no cumplen con los 60 min de práctica de AF recomendada por la OMS y confirmada por el Estudio PASOS en 2022, nos enuncia un objetivo claro: plantear un estilo de vida activo por medio de la Actividad Física y crear hábitos en nuestro alumnado para que se mantenga en las acciones futuras.

Con este objetivo y dotándole de un carácter transversal y disciplinar, este proyecto basado en la creación y adquisición de hábitos saludables y la condición física se llevará a cabo en diferentes cursos (3º, 4º y 1ºBACH) con el fin de revertir conductas y poder progresar en su aprendizaje para su futuro autónomo. Este proyecto o situación de aprendizaje abarca varias SA:

- SA. Evaluación inicial (que nos permite conocer el punto de partida)
- SA. Condición Física: Resistencia y fuerza (nos centramos en la SALUD conociendo los diferentes métodos de entrenamiento y experimentándolos de forma individualizada para iniciar un hábito deportivo)
- SA. Nutrición y lesiones. Tratamos los hábitos saludables y la relevancia del deporte en la sociedad (conociendo la importancia que tiene el entrenamiento invisible y como la llevan a cabo los deportistas de élite).

El proyecto se complementa con una carrera popular, organizada por alumnos de 4º, donde participará todo el alumnado y docentes del centro, sirviendo de objetivo en la planificación del entrenamiento llevado a cabo y como forma de promoción del deporte.

PROYECTO “PODCAST ALBENSE”:

Con la intención de integrar y dar practicidad al Proyecto de innovación en el aula, llevamos a cabo la tecnología del **Aula EFFA** para elaborar nuestra propia sección en la Radio del centro versando sobre “Hábitos saludables”. El alumnado de 4º y Bachillerato llevará a cabo dicho proyecto donde la investigación, desarrollo y creación de un podcast hará de canal de difusión de hábitos saludables (nutrición y actividad física).

CARRERA SOLIDARIA: PROYECTO “MALAWI” / “ASOCIACIÓN SOLIDARIA”:

Este proyecto se encuadra dentro del proyecto interdisciplinar de centro denominado **PROYECTO MALAWI**, y se desarrolla en el primer trimestre dentro de la SA2 sobre condición física para todo el alumnado de ESO, donde toda la comunidad educativa (alumnos, profesores, familias...) de forma cooperativa participan en una carrera popular solidaria (pudiendo patrocinar cada km recorrido, donar comida o colaborar con la asociación de mujeres de Alba) organizada por los alumnos de 4ºESO.

Para contabilizar los km recorridos se utiliza la app “STRAVA” en la que se pueden crear comunidades de estudiantes, profesores, familias... a las cuales puede acceder cualquier miembro de la comunidad educativa pinchando en el enlace correspondiente.

Además, el día de la carrera se contempla como objetivo grupal de la comunidad educativa el cómputo total de km realizados, buscando superar la distancia existente entre Alba de Tormes y Malawi (7.300km). Además, dicha app permite generar un ranking de cada participante comprobando el número de Km aportados, el tiempo realizado en la carrera y la posición final para aquellos que opten por su modalidad competitiva.

“Si caminas solo llegarás más rápido. Si caminas acompañado, llegarás más lejos”
(PROVERBIO AFRICANO).

PROYECTO “RECREOS ACTIVOS”:

Este proyecto se desarrolla durante los recreos del 2º y 3º trimestre en función de la planificación de las unidades didácticas trabajadas. En cada trimestre se intenta celebrar un campeonato deportivo de un deporte que los alumnos previa o posteriormente han visto en alguna de las SA del curso. Una vez planeado o practicado el deporte en clase, se diseña y planifica el formato del torneo para que el alumnado de ESO aprenda a disfrutar de su ocio y tiempo libre de una forma autónoma y saludable, asumiendo cada uno una serie de roles y responsabilidades que ayuden a mejorar la convivencia en el centro. Este rol puede ser asumido por los alumnos de cursos superiores estando ligado a los criterios de evaluación de la asignatura. Al final del trimestre cada participante recibe un diploma por su participación y colaboración en el torneo.

PROYECTOS ETWINNING y BILINGÜE:

Con respecto al trabajo de la sección bilingüe nos centraremos en la realización de proyectos colaborativos eTwinning centrados en el contenido de cada materia con el fin de encontrar socios para futuros desplazamientos Erasmus+. En cuanto al proyecto interdisciplinar de la sección bilingüe de este año, se plantean dos opciones: continuar con el trabajo del año anterior utilizando la estructura competitiva olímpica para conocer, presentar y participar en deportes alternativos titulándose “The Olympics 2.0”.

Con esta temática buscamos conocer diferentes deportes, siendo ellos quienes investiguen y expongan su historia y reglas, organicen su práctica, elaboren el material y, por supuesto, practiquen la modalidad en los días señalados junto con los otros cursos bilingües con el fin de impartir toda la jornada en inglés. Dichas jornadas se centran en la faceta comunicativa donde se compartirán experiencias, no solo con los alumnos del centro, si no con otros centros con los que se practique intercambio a través de **eTwining**. En definitiva, se busca una experiencia práctica y enriquecedora en la lengua extranjera. O buscar otro proyecto derivado de uno de los otros eTwining con el que se pueda enriquecer al resto de materias de forma interdisciplinar.

I. MATERIALES Y RECURSOS DE DESARROLLO CURRICULAR

La selección de los materiales y recursos para nuestras situaciones de aprendizaje responderán **a facilitar el cumplimiento de los criterios, teniendo en cuenta el contexto educativo, las características de los alumnos y, sobre todo, que estén al servicio de esas intenciones educativas que se persiguen.** Distinguimos los siguientes:

Tabla 7. Materiales curriculares y recursos de desarrollo.

	MATERIALES	RECURSOS
Impresos	Infografías Materiales para tareas de aula. Portfolios de aprendizaje.	Artículos y revistas para fomentar la lectura. Rúbricas. Instrumentos de autoevaluación y coevaluación elaborados por el profesor. Infografías guía para la presentación de contenidos.
Informáticos	Ordenador, impresora, proyector, iPad.	Apps: Strava, iOrienteering o Strong Comic Life y CANVA para realizar infografías. Cuaderno digital del profesor iDoceo.
Multimedia	https://www.youtube.com/ https://www.entrenamientos.com/	Plataforma educativa Microsoft Teams del entorno Educacyl. Páginas web Paquete de herramientas Office 365 de Educacyl. Códigos QR para el visionado de vídeos o tareas. Dispositivo móvil para utilizar apps, realizar cuestionarios...
Manipulativos	Pizarra normal.	Bolígrafos, rotuladores tizas, tizas de colores, pegamento en barra, tijeras, gomets...
Otros	Materiales propios de EF	Materiales convencionales: Balones (de fútbol/goma espuma); colchonetas; picas; aros; palas de pickleball; discos de frisbee; portfolio y Teams... Materiales no convencionales: de fácil acceso, adaptables o autoconstruido como las pelotas gastadas de pádel o el uso de los aros como cama elástica.

J. CONCRECIÓN DE PLANES DE CENTRO

A continuación, se concreta la implicación desde EF en los planes del centro.

PLAN DE FOMENTO DE LA LECTURA

Se fomenta el hábito de la lectura a través de trabajos / fases de investigación como ocurre en los podcast de hábitos saludables o mitos y falsas creencias en la práctica deportiva por parte de 3º y 4º de la ESO, o relativo a las lesiones en 1º de bachillerato. Siendo imprescindible para la elaboración de infografías deportivas en cursos iniciales.

PLAN DE CONVIVENCIA

Para un adecuado desarrollo de la materia es fundamental que el alumno cumpla las normas de clase que figuran impresas en el gimnasio y en su canal Teams, y que se llevan a cabo en el aula siendo del mismo modo transferibles a los Recreos activos.

PLAN DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

Desde la materia de Educación Física vamos a intentar incidir en los principios del diseño universal de aprendizaje (DUA) (art. 12.2. DC39/2022 y art. 11.2. DC40/2022):

- 1 Proporcionar múltiples formas de representación de la información: Transcribir vídeos, utilizar el lector inmersivo, acompañar las explicaciones con gráficos o infografías para facilitar la información y la comprensión del alumnado.
- 2 Proporcionar múltiples formas de implicación: Plantear problemas y retos a resolver asequibles, enfatizar el esfuerzo, mostrar las mejoras, apoyar las buenas conductas o utilizar actividades reales / gamificadas para motivar al alumnado.
- 3 Proporcionar múltiples formas de acción y expresión: Disminuir la dificultad de las tareas ya sea reduciendo el ritmo música o simplificando un juego en reglas o material, utilizar instrumentos y plantillas que ayuden a recoger la información de forma objetiva, hacer visibles los objetivos, hacer preguntas y utilizar cuestionarios para hacer reflexionar al alumnado sobre su aprendizaje.

PLAN DE IGUALDAD

Se utiliza un enfoque pedagógico basado en la coeducación tratando de utilizar siempre equipos heterogéneos en nivel y género buscando la inclusión total y evitando el sesgo, nuestro objetivo no es otro que romper estereotipos dando las mismas oportunidades bajo el respeto y empatía docente.

PLAN TIC

En Educación Física se fomenta el uso adecuado de las TIC a través de la plataforma educativa Microsoft Teams y su paquete de herramientas del portal de Educacyl destacando el uso de CANVA, Microsoft Copilot y aplicaciones de móvil (en cursos superiores) como forma de ampliar el bagaje de conocimientos y el control de la actividad física. De forma específica, en cuanto a los **PROCESOS DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE TIC**, atendiendo a las metodologías innovadoras usadas en el centro (proyectos, pensamiento computacional...), se detallan los siguientes recursos:

- Recursos o procesos TIC utilizados para la actividad docente:
 - Para presentar la información: Teams, PowerPoint, Canva o Prezi.
 - Para elaborar materiales: Canva, Microsoft 365, Copilot, EdPuzzle, ...

- Para la implantación y desarrollo de metodologías activas e innovadoras: Herramientas audiovisuales (Aula EFFA: radio, filma, etc....) y aplicaciones para el registro de la actividad física: Strava, iOrienteering o Hevy.
- Recursos o procesos para que los alumnos usen las TIC y aborden las diferentes áreas que compone la competencia digital:
 - Información: Teams y softwares digitales de gestión de la evaluación como son: IDoceo y Aditio.
 - Comunicación: Teams
 - Resolución de problemas: Todas las apps relacionadas con el registro de la actividad física (Strava, Hevy,...) y aquellas herramientas como Microsoft 365 que permiten volcar las ideas a los proyectos escritos.
 - Creación de contenido: CANVA, Prezi, Plickers, Strava...
 - Seguridad: Autentificador, plataformas de comunicación como Teams o aplicaciones donde la seguridad es imprescindible para poder compartir resultados con la comunidad educativa.

Del mismo modo el **PROCESO DE EVALUACIÓN TIC** del alumnado se centra en:

- Evaluar trabajos digitales del alumno (rúbricas, aportación a la nota del alumno en la asignatura...).
- Llevar a cabo Heteroevaluaciones, coevaluaciones y autoevaluaciones usando TIC (portfolio, Kahoot, Plickers, Google Forms, Teams, ...).
- Evaluar de la competencia digital de los alumnos mediante rúbricas y de la práctica docente a través de las rúbricas finales.
- Comunicar el progreso del aprendizaje mediante herramientas digitales (e-portfolio, tutorías inteligentes, simulaciones...).

Por último, es importante hacer mención del uso de las **TIC EN LOS PROYECTOS DE FORMACIÓN E INNOVACIÓN** como es el uso del Aula EFFA utilizando las herramientas audiovisuales de radio y filma que en nuestra asignatura permiten llevar a cabo proyectos de podcast donde se estudian los hábitos saludables y se promocionan al resto del centro en la Radio Escolar. También mencionar el uso de las TIC a la hora de organizar actividades complementarias como carreras populares o torneos deportivos en el recreo, usando estas para comunicar, actualizar y promocionar los cuadros de competición, horarios y resultados.

Es importante mencionar la accesibilidad que otorga el buen uso de las TIC a la hora de clarificar, acercar o hacer partícipe al **alumnado con dificultades** tanto antes, como durante la práctica docente a través de infografías en Canva, tutoriales explicativos con EdPuzzle o evaluaciones interactivas mediante Kahoot.

PLAN DE ACOGIDA

El deporte cobra especial importancia en las relaciones sociales y la capacidad de fomentar estas. Al inicio del curso los alumnos de 1º de ESO realizan una actividad de senderismo con el fin de facilitar la convivencia. Del mismo modo sucede en el aula con 1º de Bachillerato donde acuden alumnos nuevos, siendo la EF, el lugar de desinhibición. Actividades complementarias y extraescolares

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

Tabla 8. Relación de actividades complementarias

TÍTULO	Carrera popular	Nivel	TODOS	Temporalización	1T
DESCRIPCIÓN	VINCULACIÓN CON EL CURRÍCULO			Días previos a navidad	
Los alumnos participan en una carrera popular real en su centro.	Criterios de evaluación: 2.1;2.4; 5.1-5.2 A. Vida activa y saludable. C. Resolución de problemas en situaciones motrices. F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno Contenidos transversales: Respeto mutuo y cooperación entre iguales, igualdad de género, educación emocional y en valores.				

TÍTULO	Club de tenis Alba de Tormes	Nivel	1º-4º ESO	Temporalización	2T
DESCRIPCIÓN	VINCULACIÓN CON EL CURRÍCULO				
Los alumnos practican diferentes deportes de red aplicando los principios técnicos y tácticos de los deportes de red en un entorno real.	Criterios de evaluación: 2.2; 2.3; 2.4; 5.2 A. Vida activa y saludable. C. Resolución de problemas en situaciones motrices. F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno Contenidos transversales: Respeto mutuo y cooperación entre iguales, igualdad de género, educación emocional y en valores.				

TÍTULO	Jugger	Nivel	1º-2º ESO	Temporalización	2T
DESCRIPCIÓN	VINCULACIÓN CON EL CURRÍCULO				
Los alumnos practican el deporte alternativo de la mano de un equipo profesional. Aprenden la técnica y táctica, construyen sus armas, etc.	Criterios de evaluación: 2.2; 2.3; 2.4; 3.1; 3.3 A. Vida activa y saludable. C. Resolución de problemas en situaciones motrices. E. Manifestaciones de la cultura motriz Contenidos transversales: Respeto mutuo y cooperación entre iguales, igualdad de género, educación emocional y en valores.				

TÍTULO	Ultimate	Nivel	3º4º ESO+BACH	Temporalización	2T
DESCRIPCIÓN	VINCULACIÓN CON EL CURRÍCULO				
Los alumnos practican el deporte alternativo de la mano de un equipo profesional.	Criterios de evaluación: 2.2; 2.3; 2.4; 3.1; 3.3 A. Vida activa y saludable. C. Resolución de problemas en situaciones motrices. E. Manifestaciones de la cultura motriz Contenidos transversales: Respeto mutuo y cooperación entre iguales, igualdad de género, educación emocional y en valores.				

TÍTULO	Rugby-Tag	Nivel	3º4º ESO+BACH	Temporalización	2T
DESCRIPCIÓN	VINCULACIÓN CON EL CURRÍCULO				
Los alumnos practican el deporte de la mano de un equipo profesional.	Criterios de evaluación: 2.2; 2.3; 2.4; 3.1; 3.3 A. Vida activa y saludable. C. Resolución de problemas en situaciones motrices. E. Manifestaciones de la cultura motriz Contenidos transversales: Respeto mutuo y cooperación entre iguales, igualdad de género, educación emocional y en valores.				

ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES

Tabla 9. Relación de actividades extraescolares

TÍTULO	Viaje a la Nieve: Esquí y Snow	Nivel	3º 4º +BACH	Temporalización	2T
DESCRIPCIÓN	VINCULACIÓN CON EL CURRÍCULO			29-31 de enero	
Los alumnos practican diferentes deportes de invierno y deslizamiento usando los principios técnicos y tácticos en el entorno real.	Criterios de evaluación: 5.1-5.2 A. Vida activa y saludable. C. Resolución de problemas en situaciones motrices. F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno Contenidos transversales: Respeto mutuo y cooperación entre iguales, igualdad de género, educación emocional y en valores.				
TÍTULO	Surf	Nivel	3º 4º +BACH	Temporalización	2T
DESCRIPCIÓN	VINCULACIÓN CON EL CURRÍCULO			23-24/10 Y 25-26/03	
Los alumnos practican diferentes deportes acuáticos y deslizamiento sobre tabla o cuerpo usando los principios técnicos y tácticos en el entorno real.	Criterios de evaluación: 5.1-5.2 A. Vida activa y saludable. C. Resolución de problemas en situaciones motrices. F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno Contenidos transversales: Respeto mutuo y cooperación entre iguales, igualdad de género, educación emocional y en valores. *Se realiza solo una de las actividades: Surf o Nieve				

K. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

PLANES DE REFUERZO

Se realizan con los alumnos que no hayan promocionado, centrados en los CE no superados y, por ende, en las actividades a desarrollar para alcanzarlos. Se realizarán en horario complementario permitiendo aumentar su bagaje motriz o cognoscitivo al superarlos y, por ende, las competencias clave. **Utilizaremos los recreos** para ofrecer esta atención individualizada para practicar o “recuperar” algún contenido, facilitando las formas de implicación y de acción/expresión

PLANES DE RECUPERACIÓN

- ALUMNADO CON MATERIA PENDIENTE

La actitud y participación del alumno en el proceso de enseñanza – aprendizaje, así como la asistencia sistemática a las clases tendrá un peso fundamental en la superación de la materia pendiente.

- Los alumnos con la materia pendiente que aprueben las 2 primeras evaluaciones del curso actual recuperan, de manera automática, los CE con carácter **motriz de la materia**.
- En cuanto a **los CE con un carácter teórico** deberán realizar dos trabajos relacionados con las unidades del curso pasado, las fechas están fijadas en el calendario de pendientes del centro y notificadas a los alumnos implicados.

En el curso actual 2025/2026 contamos con un total de cuatro alumnos, todos ellos cursando 2º de ESO con la materia pendiente de 1º de la ESO.

En el caso de no superar las dimensiones motrices y/o conceptuales de la materia del presente curso escolar y del anterior, el alumno realizará un examen motriz y/o teórico, respectivamente, con los CE no superados al final del presente curso escolar.

- ALUMNADO QUE NO SUPERA UNA EVALUACIÓN

El alumno que no supere alguna evaluación deberá recuperar los CE no superados a lo largo del curso cuando dichos CE se vuelvan a trabajar o en las recuperaciones extraordinarias realizadas al final de curso.

PLANES DE ENRIQUECIMIENTO CURRICULAR.

Desde el departamento de Educación Física se proponen actividades extraescolares que permiten al alumno conocer otras prácticas que no son tan comunes o accesibles como practicar deportes de invierno o, en su defecto, acuáticos. Estas actividades quedan reflejadas en el apartado de actividades extraescolares y complementarias de esta programación.

Se utilizarán los “**Retos del Leonardo**” (proyecto de centro) como forma de motivación y reconocimiento deportivo siendo parte de los contenidos de ampliación de la materia.

ADAPTACIONES CURRICULARES

- DE ACCESO

Aquellos alumnos que por lesión justificada no puedan realizar las sesiones de Educación Física se valorará su situación individual y se le asignará un rol que pueda

desarrollar durante la SA para que su participación sea la máxima posible (capitán, responsable de material, árbitro, entrenador, preparador físico, jefe de prensa...) cumpliendo con la demanda de los CE de evaluación asignados a dicha situación de aprendizaje. En el caso de que no puedan participar activamente o no se encuentren en el aula se verán sustituidos por un trabajo donde teóricamente fuera del aula para que puedan llevarlo a cabo.

- **NO SIGNIFICATIVAS**

Se toman las siguientes medidas con el alumnado que las requiera atendiendo siempre al Diseño Universal del Aprendizaje (DUA):

- En la metodología, utilizando la **autorreflexión** para conocer el grado de inclusión y adquisición de la tarea, la **coevaluación** para no generar presión calificativa por parte del docente o **proporcionando apoyos** afines que hagan de la práctica alcanzable y motivante.
- En las actividades de enseñanza – aprendizaje: modificaciones del **espacio, ritmo, material...** dotando de diferentes formas de ejecución como en voleibol pudiendo golpear con la mano o con el pie.
- En la evaluación dotando de mayor disponibilidad de tiempo, modificaciones en el instrumento si requiere simplificación o dotando de diferentes niveles de desempeño / desafío a superar.

- **SIGNIFICATIVAS**

Establecida la pertinente reunión con el Departamento de Orientación, **en la materia de Educación Física no se requiere de adaptaciones curriculares significativas** con ningún alumno del centro educativo.

L. EVALUACIÓN DEL PROCESO DE APRENDIZAJE DEL ALUMNADO Y VINCULACIÓN DE SUS ELEMENTOS.

En el artículo 21 de evaluación del alumnado del D39/2022 para la etapa de la ESO, se define este proceso como CONTINUO, FORMATIVO E INTEGRADOR, además de CRITERIAL y ORIENTADOR como bien añade la Comunidad de Castilla y León.

Motivados por buscar la mejora del aprendizaje y la enseñanza, se partirá de una evaluación inicial definiendo el grado de adquisición de los aprendizajes previos, con un carácter continuo y formativo bajo un enfoque constructivista o cognitivista. Será una acción conjunta, donde todos los elementos actuarán en consecuencia en la evaluación de los aprendizajes (artículo 15.3 del RD 217/2022, de 29 de marzo) teniendo como referente último la consecución de los OGE y el grado de adquisición de las CC previsto en el perfil de salida como resultado de experiencias planificadas

INDICADORES DE LOGRO (IL)

A continuación, se describen los Indicadores de logro para cada curso, en adelante utilizaremos sus siglas para referirnos a ellos en las tablas de relación de elementos curriculares:

- INDICADORES DE LOGRO – 1º ESO

IL1.1A Realiza secuencias sencillas de actividad física mejorando su estilo de vida activo.

IL1.1B Conoce y trabaja sus capacidades físicas básicas conociendo los valores iniciales en cuanto a los test de CF valorando sus cualidades y favoreciendo sus fortalezas.

IL1.2A Conoce y aplica conocimientos sobre el calentamiento, realizando calentamientos generales.

IL1.2B Dosifica su esfuerzo aplicando y conociendo valores relacionados con la frecuencia cardiaca, permitiendo una autorregulación controlada del ritmo.

IL1.3A Reconoce diferentes opciones de platos saludables, conociendo diferencias entre los diferentes tipos de nutrientes.

IL1.3B Aplica diferentes mejoras en la postura con el objetivo de mejorar su estilo de vida, corrigiendo movimientos y posturas.

IL1.4A Adquiere y aplica hábitos de higiene personal antes, durante y después de las clases.

IL1.5A Reconoce medidas generales para la prevención de lesiones evitando situaciones de riesgo.

IL1.6A Reconoce y actúa ante diferentes situaciones conociendo bases de primeros auxilios.

IL1.7A Valora la incidencia de las diferentes prácticas de salud y convivencia, diferenciando entre las que sean nocivas o beneficiosas para el colectivo.

IL1.8A Aprende diferentes recursos digitales para el buen uso y registro de la actividad física.

IL1.9A Utiliza las tecnologías como herramienta para la mejora del aprendizaje, favoreciendo su desarrollo personal.

IL2.1A Desarrolla proyectos motores individuales, cooperativos o colaborativos asegurando una participación equilibrada.

IL2.1B Establece mecanismos para reconducir los procesos de trabajo.

IL 2.2A Interpreta y actúa ante diferentes situaciones motrices variadas, mejorando la toma de decisiones en diferentes situaciones.

IL.2.2B Aplica de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución tomando decisiones basadas en la ubicación y acciones del rival, así como en el contexto o resultado en situaciones motrices variadas reales o simuladas.

IL.2.3A Muestra control y dominio corporal ante diferentes situaciones motrices.

IL.2.3B Resuelve problemas motrices variados con creatividad, transferibles a su espacio vivencial al desarrollar la práctica con autonomía en el aula o en su tiempo libre.

IL.2.4A Participa en una variedad de situaciones motrices, mostrando actitudes de esfuerzo y superación personal en la competición motriz y en la práctica en equipo.

IL.2.4B Muestra actitudes de esfuerzo y superación personal, siendo receptivo a las correcciones.

IL3.1A Asume diferentes roles entrenador, preparador físico, periodista, árbitro... participando en el proceso desarrollo aprendizaje.

IL3.2A Cooperar y colabora participando en diferentes situaciones motrices de carácter individual y grupal, asumiendo roles y tomando decisiones, implicándose en diferentes prácticas.

IL3.3A Se relaciona y entiende con respeto en la interacción con otros participantes durante la práctica de diversas actividades motrices, mostrando autonomía y eficacia en la resolución de conflictos mediante el dialogo y las habilidades sociales.

IL3.3.B Se posiciona activamente contra los estereotipos y actuaciones discriminatorias, promoviendo la inclusión y el respeto a la diversidad de género, afectivo-sexual, origen nacional, étnica, socioeconómica y de competencia motriz.

IL4.1A Participa en juegos motores y manifestaciones artísticas como bailes y coreografías conociendo la historia y origen de la misma.

IL4.2A Experimenta diferentes actividades deportivas, evitando estereotipos de género y participando de forma activa.

IL4.2B Analiza diferentes estereotipos de género, comportamientos sexistas... de forma crítica.

IL4.3A Participa activamente en la creación y representación de situaciones que demanden expresión corporal, ya sean coreografías individuales o colectivas.

IL4.3B Utiliza el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación conociendo diversidad de técnicas expresivas.

IL5.1A Participa en actividades físico-deportivas en entornos naturales, respeta el entorno, conoce diferentes medios de transporte evitando la huella de carbono.

IL5.2A Practica actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano conociendo normas de seguridad individuales y colectivas.

- INDICADORES DE LOGRO – 2º ESO

IL1.1.A Realiza secuencias sencillas de actividad física mejorando su estilo de vida activo.

IL1.1B Conoce y trabaja sus capacidades físicas básicas conociendo los valores iniciales en cuanto a los test de CF valorando sus cualidades y favoreciendo sus fortalezas.

IL1.2A Conoce y aplica conocimientos sobre el calentamiento, realizando calentamientos generales.

IL1.2B Dosifica su esfuerzo aplicando y conociendo valores relacionados con la frecuencia cardiaca, permitiendo una autorregulación controlada del ritmo.

IL1.3A Reconoce diferentes opciones de platos saludables, conociendo diferencias entre los diferentes tipos de nutrientes.

IL1.3B Aplica diferentes mejoras en la postura con el objetivo de mejorar su estilo de vida, corrigiendo movimientos y posturas.

IL1.4A Adquiere y aplica hábitos de higiene personal antes, durante y después de las clases.

IL1.5A Reconoce medidas generales para la prevención de lesiones evitando situaciones de riesgo.

IL1.6A Reconoce y actúa ante diferentes situaciones conociendo bases de primeros auxilios.

IL1.7A Valora la incidencia de las diferentes prácticas de salud y convivencia, diferenciando entre las que sean nocivas o beneficiosas para el colectivo.

IL1.8A Aprende diferentes recursos digitales para el buen uso y registro de la actividad física.

IL1.9A Utiliza las tecnologías como herramienta para la mejora del aprendizaje, favoreciendo su desarrollo personal.

IL2.1A Desarrolla proyectos motores individuales, cooperativos o colaborativos asegurando una participación equilibrada.

IL2.1B Establece mecanismos para reconducir los procesos de trabajo.

IL 2.2A Interpreta y actúa ante diferentes situaciones motrices variadas, mejorando la toma de decisiones en diferentes situaciones.

IL.2.2B Aplica de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución tomando decisiones basadas en la ubicación y acciones del rival, así como en el contexto o resultado en situaciones motrices variadas reales o simuladas.

IL.2.3A Muestra control y dominio corporal ante diferentes situaciones motrices.

IL.2.3B Resuelve problemas motrices variados con creatividad, transferibles a su espacio vivencial al desarrollar la práctica con autonomía en el aula o en su tiempo libre.

IL.2.4A Participa en una variedad de situaciones motrices, mostrando actitudes de esfuerzo y superación personal en la competición motriz y en la práctica en equipo.

IL.2.4B Muestra actitudes de esfuerzo y superación personal, siendo receptivo a las correcciones.

IL3.1A Asume diferentes roles entrenador, preparador físico, periodista, árbitro... participando en el proceso desarrollo aprendizaje.

IL3.2.B Coopera y colabora participando en diferentes situaciones motrices de carácter individual y grupal, asumiendo roles y tomando decisiones, implicándose en diferentes prácticas.

IL3.3A Se relaciona y entiende con respeto en la interacción con otros participantes durante la práctica de diversas actividades motrices, mostrando autonomía y eficacia en la resolución de conflictos mediante el dialogo y las habilidades sociales.

IL3.3.B Se posiciona activamente contra los estereotipos y actuaciones discriminatorias, promoviendo la inclusión y el respeto a la diversidad de género, afectivo-sexual, origen nacional, étnica, socioeconómica y de competencia motriz.

IL4.1A Participa en juegos motores y manifestaciones artísticas como bailes y coreografías conociendo la historia y origen de la misma.

IL4.2A Experimenta diferentes actividades deportivas, evitando estereotipos de género y participando de forma activa.

IL4.2B Analiza diferentes estereotipos de género, comportamientos sexistas... de forma crítica.

IL4.3A Participa activamente en la creación y representación de situaciones que demanden expresión corporal, ya sean coreografías individuales o colectivas.

IL4.3B Utiliza el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación conociendo diversidad de técnicas expresivas.

IL5.1A Participa en actividades físico-deportivas en entornos naturales, respeta el entorno, conoce diferentes medios de transporte evitando la huella de carbono.

IL5.2A Practica actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano conociendo normas de seguridad individuales y colectivas.

- INDICADORES DE LOGRO – 3º ESO

IL1.1.A Autorregula su práctica en el entrenamiento de las capacidades físicas, de forma individualizada a sus características e intereses y poniendo el foco en la salud y en conseguir una rutina/estilo de vida activo.

IL1.2.A Incorpora procesos de activación corporal (calentamientos) de forma autónoma, interiorizando rutinas saludables y responsables a la práctica motriz.

IL1.2.B Autorregula y dosifica de forma autónoma su entrenamiento, aplicando mecanismos de control de la intensidad (FC y el RPE) de acuerdo con los objetivos y capacidades físicas a trabajar.

IL1.3.A: Identifica y hace elecciones informadas y conscientes de alimentos saludables en su rutina diaria. Conoce la importancia de un balance energético entre alimentación y AF.

IL1.3.B: Reconoce y corrige posturas incorrectas en sí mismo y en otras personas, incorporando ejercicios de movilidad y estiramientos para prevenir dolores musculares. Usa técnicas de respiración y relajación para gestionar el estrés y el equilibrio emocional.

IL1.4.A: Aplica y adquiere hábitos de higiene personal antes, durante y después de la práctica física, como rutina saludable demostrando hábitos saludables que contribuyen al bienestar propio y colectivo.

IL1.5.A: Adopta de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física.

IL1.5.B: Reconoce situaciones de riesgo para actuar preventivamente a nivel individual (uso de indumentaria adecuada y la ausencia de accesorios peligrosos) y/o colectivo, colaborando en su aplicación, promoviendo un ambiente seguro al usar el material deportivo y las instalaciones. Sigue las pautas y normas de seguridad.

IL1.6.A Conoce los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.

IL1.7.A: Adopta actitudes que rechazan los estereotipos y comportamientos sociales asociados al ámbito corporal, género o diversidad sexual que pongan en riesgo la salud.

IL1.7.B: Identifica y cuestiona los estereotipos y comportamientos sociales relacionados con la actividad física y el cuerpo, contrastando la información en base a criterios científicos para evaluar la validez y fiabilidad de la información relacionada (noticias, desigualdad en eventos y normas en la competición).

IL1.8.A: Maneja aplicaciones digitales para desarrollar y registrar la actividad física realizada compartiendo con seguridad sus resultados y la privacidad de sus datos.

IL1.9.A: Utilizar las TIC de manera eficaz mejorando su proceso de aprendizaje para buscar, analizar y seleccionar la información además de comunicar sus conclusiones.

IL2.1.A: Desarrolla proyectos motores individuales, utilizando estrategias de autoevaluación y coevaluación para evaluar y reconducir la práctica hacia el objetivo fijado tanto del proceso como del resultado.

IL2.1.B: Desarrolla proyectos motores cooperativos o colaborativos asegurando una participación equilibrada, utilizando estrategias de autoevaluación y coevaluación para evaluar y reconducir la práctica hacia el objetivo fijado en el proceso y el resultado.

IL2.2.A Toma decisiones motrices efectivas en tareas de cierta complejidad/incertidumbre, aprovechando sus capacidades (y las del rival si lo hubiera) aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en situaciones motrices individuales, manteniendo una actitud de esfuerzo y superación.

IL2.2.B Toma decisiones motrices efectivas en incertidumbre (de anticipación y adaptabilidad en sus movimientos), en función de sus capacidades, la de sus compañeros y las características del rival evidenciando automatismos en la P,D y E de la práctica y controlando el estado emocional en deportes colectivos.

IL2.2.C Toma decisiones motrices efectivas aplicando automatismos en los procesos de percepción, decisión y ejecución basándose en la ubicación y acciones del rival, así como en el contexto o resultado en situaciones de persecución y oposición y controlando el estado emocional.

IL2.3.A Demuestra control y dominio corporal al emplear las CFB (componentes cuantitativos) y el equilibrio y la coordinación (cualitativos) de manera eficiente y creativa, para resolver problemas motrices en situaciones motrices individuales simulados o reales con autonomía.

IL2.3.B Demuestra control y dominio corporal al emplear las CFB (componentes cuantitativos) y el equilibrio y la coordinación (cualitativos) de manera eficiente y

creativa, para resolver problemas motrices en situaciones motrices de cooperación-oposición simulados o reales con autonomía.

IL.2.4.A Participa en una variedad de situaciones motrices, mostrando actitudes de esfuerzo y superación personal en la competición motriz y en la práctica en equipo.

IL.2.4.B Demuestra habilidades de autorregulación emocional, siendo capaz de superar desafíos y errores comunes, controlando su estado de ánimo y utilizando estrategias de gestión emocional ante el error y el acierto como parte del aprendizaje.

IL.3.1.A Asume diferentes roles responsables en la organización de una gran variedad de actividades motrices, incluyendo la preparación y ejecución de torneos deportivos o en los diferentes papeles de la práctica motriz en sí.

IL.3.1.B. Valora las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas. Actúa con respeto y deportividad asumiendo roles responsables en la negociación y mediación en contextos motrices, respetando las reglas y evitando conductas contrarias a la convivencia.

IL.3.2.A. Cooperar y colabora en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, tomando decisiones en los distintos roles, gestionando el tiempo de práctica y buscando el mejor resultado final.

IL3.3.A Se relaciona con respeto con los otros participantes durante la práctica de diversas actividades motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de las habilidades sociales: resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, promoviendo la inclusión y posicionándose ante cualquier discriminación en el aula.

IL.4.1.A Identifica y contextualiza la influencia social del deporte en la sociedad valorando sus orígenes, evolución, manifestaciones e intereses políticos, practicando modalidades deportivas ligadas con la cultura tradicional: castellana leonesa u otras.

IL.4.2.A Identifica y analiza los factores que producen y contribuyen a mantener de comportamientos sexistas o estereotipos de género en el deporte y adoptando actitudes comprometidas en favor de la igualdad.

IL.4.3.A Crea y representa composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación.

IL.4.3.B Crea y representa composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas

IL.5.1.A. Participa en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.

IL.5.2.A. Organiza y participa actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas

- INDICADORES DE LOGRO – 4º ESO

IL1.1.A Planifica y practica actividad física para el entrenamiento de las capacidades físicas de forma autónoma e individualizada, para la mejora de su salud.

IL1.1.B Autorregula su entrenamiento de las CFB (resistencia y fuerza), identificando su zona de actividad óptima y adaptando la intensidad mediante los mecanismos de control de la intensidad y las variables fisiológicas (FC, ritmo de carrera, RPE...) de acuerdo con sus objetivos y realidad corporal.

IL1.1.C Planifica y ejecuta la práctica de AF en su tiempo libre de forma autónoma, buscando un estilo de vida activo y afianzar una rutina activa.

IL1.2.A Planifica y autorregula de forma autónoma procesos de activación corporal específicos de la actividad posterior y su dosificación del esfuerzo (adaptando la intensidad mediante la FC y el RPE) interiorizando rutinas motrices saludables.

IL1.3.A: Identifica y hace elecciones informadas y conscientes de alimentos saludables en su rutina diaria. Conoce la importancia de un balance energético entre alimentación y AF.

IL1.3.B: Analiza críticamente la publicidad y mitos relacionados con la alimentación, identificando dietas no saludables (sin base científica) y prácticas perjudiciales.

IL1.3.C: Reconoce y corrige posturas incorrectas en sí mismo y en otras personas, incorporando ejercicios de movilidad y estiramientos para prevenir dolores musculares

IL1.3.D: Practica técnicas de respiración y relajación para gestionar el estrés y mantener un equilibrio emocional en su vida diaria.

IL1.4.A: Aplica y adquiere hábitos de higiene personal antes, durante y después de la práctica física, como rutina saludable demostrando hábitos saludables que contribuyen al bienestar propio y colectivo.

IL1.4.B: Reconoce y evita prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y la actividad física, promoviendo la seguridad y la salud.

IL1.5.A: Adopta de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física.

IL1.5.B: Reconoce situaciones de riesgo para actuar preventivamente a nivel individual (uso de indumentaria adecuada y la ausencia de accesorios peligrosos) y/o colectivo, colaborando en su aplicación, promoviendo un ambiente seguro tanto dentro como fuera del centro escolar al usar el material deportivo y las instalaciones. Sigue las pautas y normas de seguridad establecidas.

IL1.6.A Conoce y utiliza los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes junto con las medidas específicas de primeros auxilios.

IL1.7.A: Adopta actitudes que rechazan los estereotipos y comportamientos sociales asociados al ámbito corporal, género o diversidad sexual que pongan en riesgo la salud.

IL1.7.B: Identifica, analiza y cuestiona los estereotipos y comportamientos sociales relacionados con la actividad física y el cuerpo, contrastando la validez y fiabilidad de la información bajo criterios científicos (noticias, desigualdad en normas y competición).

IL1.8.A: Maneja aplicaciones digitales para la gestión y planificación de la actividad física (CFB) compartiendo con seguridad sus resultados y la privacidad de sus datos.

IL1.9.A: Utilizar las TIC de manera eficaz mejorando su proceso de aprendizaje para buscar, analizar y seleccionar la información además de comunicar sus conclusiones.

IL2.1.A: Desarrolla y gestiona de forma autónoma proyectos motores individuales, utilizando estrategias de autoevaluación y coevaluación para evaluar y reconducir la práctica hacia el objetivo fijado tanto del proceso como del resultado.

IL2.1.B: Desarrolla y gestiona de forma autónoma proyectos motores cooperativos o colaborativos asegurando una participación equilibrada, utilizando estrategias de autoevaluación y coevaluación para evaluar y reconducir la práctica hacia el objetivo mostrando ser resolutivo en la coordinación de las acciones motrices.

IL2.2.A Toma decisiones motrices efectivas en incertidumbre, aprovechando sus capacidades (y las del rival si lo hubiera) aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en situaciones motrices individuales reflexionando sobre el proceso o resultado, manteniendo una actitud de esfuerzo y superación.

IL2.2.B Toma decisiones motrices efectivas en incertidumbre (de anticipación y adaptabilidad en sus movimientos), en función de sus capacidades, la de sus compañeros y las características del rival evidenciando automatismos en la P,D y E de la práctica, reflexionando sobre el proceso o resultado y controlando el estado emocional en deportes colectivos.

IL2.2.C Toma decisiones motrices efectivas aplicando automatismos en los procesos de percepción, decisión y ejecución basándose en la ubicación y acciones del rival, así como en el contexto o resultado en situaciones de persecución y oposición, reflexionando sobre el proceso o resultado y controlando el estado emocional.

IL2.3.A Demuestra control y dominio corporal al emplear las CFB (componentes cuantitativos) y el equilibrio y la coordinación (cualitativos) de manera eficiente y creativa, para resolver problemas motrices simulados o reales, en situaciones motrices individuales evidenciando un alto grado de autonomía y responsabilidad.

IL2.3.B Demuestra control y dominio corporal al coordinar acciones motrices eficaces en situaciones cooperativas, destacándose por su habilidad para tener en cuenta la influencia del resto e influir el/ella de manera positiva en el equipo participando activamente en la resolución creativa de los problemas motrices.

IL2.4.A Participa en gran variedad de situaciones motrices mostrando progresiva autoestima y valorando sus actuaciones durante la ejecución.

IL3.1.A Asume diferentes roles y responsabilidades en la organización de la práctica motriz, como eventos deportivos o los diferentes papeles de la práctica motriz.

IL3.1.B. Valora las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas. Actúa con respeto y deportividad asumiendo roles responsables en la negociación y mediación en contextos motrices, respetando las reglas y evitando conductas contrarias a la convivencia.

IL.3.2.A. Coopera y colabora en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos con autonomía para alcanzar el logro individual y grupal, tomando decisiones en los distintos roles, gestionando el tiempo de práctica y buscando el mejor resultado.

IL3.3.A Se relaciona con respeto con los otros participantes durante la práctica de diversas actividades motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de las habilidades sociales: resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, promoviendo la inclusión y posicionándose ante cualquier discriminación en el aula.

IL.4.1.A Identifica y contextualiza la influencia social del deporte en la sociedad valorando sus orígenes, evolución, manifestaciones e intereses políticos, practicando modalidades deportivas ligadas con la cultura tradicional: castellana leonesa u otras.

IL.4.2.A Identifica y analiza los factores que producen y contribuyen a mantener de comportamientos sexistas o estereotipos de género en el deporte y adoptando actitudes comprometidas en favor de la igualdad difundiendo referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportivo.

IL.4.3.A Crea y representa composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas.

IL.4.3.B Comparte y difunde las composiciones con carácter artístico-expresivas entre compañeros y otros miembros de la comunidad.

IL.5.1.A. Participa en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres, disfrutando del entorno de manera sostenible.

IL.5.1.B. Minimiza el impacto ambiental y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen (Plogging, campañas de sostenibilidad).

IL.5.2.A. Diseña, organiza y participa actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.

- INDICADORES DE LOGRO – 1º BACHILLERATO

IL.1.1.A Planifica y elabora de manera autónoma un programa personal de actividad física dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, de forma individualizada.

IL.1.1.B Pone en práctica los diferentes métodos de desarrollo de las CF dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud, permitiendo obtener resultados reales.

IL.1.1.C Evalúa su progreso y los resultados obtenidos y adapta/ justifica en consecuencia el plan de entrenamiento.

IL.1.2.A Incorpora los procesos de activación corporal, realizando calentamientos adecuados a cada tipo de AF.

IL1.2.B Incorpora mecanismos de autorregulación, dosificación del esfuerzo y control de la intensidad utilizando la FC, RPE, etc.. de forma autónoma.

IL.1.3.A Introduce, identifica y aplica pautas básicas de alimentación saludable y equilibrada en su rutina y en relación a diferentes disciplinas u objetivos deportivos.

IL.1.3.B Identifica y corrige problemas posturales básicos, incorporando ejercicios de movilidad y estiramientos para prevenir dolores musculares futuros.

IL.1.3.C Aplica técnicas de respiración, visualización y relajación para gestionar el estrés y ayudar en situaciones que requieren de gran carga cognitiva.

IL.1.4.A Afianza hábitos saludables en la vida diaria, demostrando constancia en la práctica de AF regular (deberes activos).

IL.1.4.B Aplica normas/hábitos de higiene antes, durante y después de la práctica física.

IL.1.5.A Participa activamente en el desarrollo de las CFB y habilidades motrices propias de los deportes.

IL.1.5.B Reconoce la influencia de la condición física en el rendimiento académico y profesional (investigación y autorreflexión).

IL.1.5.C Vivenciar y reflexionar sobre lo realizado en clase y los posibles estudios superiores o desempeños profesionales ligados a este ámbito.

IL.1.6.A Identifica los factores de riesgo y aplica medidas para la prevención de lesiones (y accidentes) antes, durante y después de la práctica

IL.1.6.B Actúa y aplica medidas de primeros auxilios ante situaciones de emergencia simuladas.

IL.1.7.A Actúa críticamente ante estereotipos corporales y comportamientos sociales de riesgo en el aula o difundidos en medios o redes sociales. Argumenta con criterios de validez, fiabilidad y objetividad.

IL.1.8.A Emplea aplicaciones y dispositivos digitales para la gestión de la AF, interpretando los datos de rendimiento o salud obtenidos de forma autónoma.

IL.1.8.B Configura y respeta la privacidad y seguridad de los datos personales difundidos “públicamente” en apps/ entornos digitales.

IL.1.9.A Utiliza las TIC participando en la mejora del aprendizaje en entornos colaborativos empleando información fiable sobre AF y compartiendo activamente el proceso en entornos digitales.

IL.2.1.A Planifica y desarrolla proyectos motores de carácter cooperativo o situaciones de colaboración-oposición deportiva adaptando la organización y ejecución de imprevistos con eficiencia, creatividad y autonomía.

IL.2.1.B Planifica y desarrolla proyectos motores individuales o en situaciones de oposición adaptando la organización y ejecución de imprevistos con eficiencia, creatividad y autonomía.

IL.2.2.A Resuelve de forma autónoma situaciones de oposición con una buena toma de decisiones en el juego: ajustando sus acciones motrices o adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes de la práctica.

IL.2.2.B Resuelve de forma autónoma situaciones de colaboración u oposición-colaboración con una buena toma de decisiones en el juego: ajustando sus acciones motrices o adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes de la práctica.

IL.2.3.A Identifica y analiza los factores que condicionan ejecución motriz, detectando errores frecuentes en el gesto técnico y proponiendo soluciones.

IL.2.3.B Analiza y ajusta la ejecución técnica y táctica a los factores que condicionan la práctica en situaciones motrices variadas dotando de un feedback (auto-coevaluación)

IL.2.4.A Participar activamente en gran variedad de situaciones motrices mostrando actitudes de esfuerzo y superación personal. Acepta el error como proceso de aprendizaje.

IL.3.1.A Organiza y practica actividades motrices valorando su potencial como salida profesional.

IL.3.1.B Analiza los beneficios físicos, sociales y profesionales de las actividades motrices desde la salud, el disfrute, la autosuperación y la interacción social.

IL.3.1.C Adopta actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.

IL.3.2.A Cooperar y colabora con iniciativa en el desarrollo de proyectos y producciones motrices solventando imprevistos que surgen durante el proceso.

IL.3.3.A Establece mecanismos de relación, entendimiento y comunicación con otros participantes durante el desarrollo de prácticas motrices utilizando el dialogo para la resolución de conflictos, respetando la diversidad y rechazando comportamientos discriminatorios.

IL.4.1.A Comprende la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices en la sociedad actual, analizando de forma crítica los orígenes y la evolución de las manifestaciones motrices.

IL.4.2.A Crea y representa composiciones corporales, con y sin base musical, aplicando con precisión y coordinación las técnicas expresivas idóneas a cada una, representándolas ante compañeros u otros miembros de la comunidad educativa.

IL.5.1.A Promueve y participa en actividades físico-deportivas en entornos naturales, de forma sostenible.

IL.5.1.B Colabora en iniciativas que promueven la sostenibilidad y el cuidado del entorno.

IL.5.2.A Practica y organiza AFD en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad para controlar riesgos derivados de la práctica física.

TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN:

Deberán ser variados, diversos, accesibles y adaptados a las UUDD y sus productos evaluables para facilitar y asegurar la evaluación integral. Permitirán la valoración objetiva de los aprendizajes, pudiendo ser de observación, desempeño o rendimiento, siendo imprescindible **incluir las exposiciones orales** como aspecto para el desarrollo profesional en los ámbitos relacionados con la actividad física (AF).

Resaltar que las técnicas y sus instrumentos y herramientas utilizados en EF (se aplicarán de forma sistemática y continua, siendo variados para facilitar y asegurar la evaluación integral y objetivos. Su uso contextualizado y realista contempla su adaptación **atendiendo al DUA**.

Podemos utilizar varios instrumentos para recoger información de un mismo aprendizaje o un instrumento para varios de ellos. Se subdividen en las siguientes técnicas:

1. **De Observación:** Registro anecdótico o la guía de observación (utilizado en el día a día del aula con respecto a hábitos y comportamientos).
2. **De desempeño:** Pruebas práctica, Trabajos, preguntas reflexivas sobre el procedimiento, ejercicios de ampliación o refuerzo, rúbricas en forma de feedback de auto-coevaluación.
3. **De rendimiento:** Pruebas orales, Pruebas escritas, exposiciones orales o auto y coevaluaciones.

MOMENTOS DE EVALUACIÓN

Podemos **distinguir varios momentos** en la evaluación siendo sistemática y lo más objetiva posible.

- **Inicial:** designada curricularmente para medir el punto de partida: nivel de condición física, cooperación, autonomía y hábitos, además de capacidad de socialización lo que nos ayudará a conocer el tipo de agrupaciones posibles.
- **Continua:** centrada en el desarrollo del progreso y logros del alumnado en participación, respeto, capacidad...
- **Final o sumativa:** Valora el dominio de los aprendizajes.

AGENTES DE LA EVALUACIÓN

Priorizamos la participación del alumnado como protagonista del proceso de aprendizaje con el fin de hacer consciente de su desarrollo (autoevaluación), siendo igual de enriquecedor cuando sucede entre iguales (coevaluación) sin perder de vista que el docente es el referente a la hora de la calificación (heteroevaluación).

En EF distinguimos y utilizamos la auto y coevaluación mediante rúbricas descritas en los apuntes o portfolios para medir su grado de evolución en un trabajo grupal, participación y actitud o nivel de progreso en la adquisición de una técnica concreta de parkour o situación jugada de fútbol. Y la heteroevaluación (que realiza el profesor) más centrada en la verificación y control ya sea como feedback en el grado de desarrollo o como veredicto final de la consecución del producto final.

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

De manera general, todos los criterios de evaluación tendrán el mismo peso ponderado en todos los cursos donde se imparte la asignatura. A excepción de algunos casos, donde se flexibilizará una **calificación ponderada específica** en algunos criterios de evaluación **con carácter transversal** por su importancia en el desarrollo de la materia.

Dado que la **evaluación** debe ser **criterial**, se establece el mismo valor para 17 de los 21 criterios de evaluación que tiene la materia de Educación Física en ESO, teniendo 4 de dichos criterios un mayor valor por trabajarse de manera transversal (durante todas las SA) en el curso académico. Por ende, el valor de los criterios de evaluación será de 4%, mientras que los denominados como transversales reciben un peso del 8%.

Por otro lado, de los 20 criterios de evaluación que tiene Bachillerato, 3 de ellos, se ponderan con diferente valor atendiendo al nivel de desempeño e importancia del contenido trabajado y viéndose reflejado en la tabla posterior donde se relacionan todos los elementos curriculares (CE, IL, %peso en cada uno, contenidos, instrumentos de evaluación, agente evaluador y unidades o SA donde se llevan a cabo).

- CRITERIOS DE CALIFICACIÓN TRIMESTRAL Y FINAL DE LA MATERIA

Si atendemos a la realidad educativa, al final del primer y segundo trimestre no se ha podido trabajar la totalidad de los CE, cuestión que a nivel de calificación se resuelve utilizando aquellos CE trabajados hasta ese momento. De esta forma al final del curso, con todos ellos evaluados completarán la evaluación criterial y, por ende, competencial del alumno, analizando su cumplimiento del Perfil de Salida.

*Para que un alumno pueda alcanzar una evaluación y calificación positivas durante cada trimestre y en el curso, no podrá tener un **porcentaje de ausencias** (justificadas y sin justificar) inferior al 80%. Si bajara de este porcentaje de asistencia la asignatura quedará suspensa a expensas de su recuperación.

La **utilización del Aula Virtual de TEAMS** es obligatoria para un correcto seguimiento de la asignatura. En caso de que un alumno no lleve a cabo dichas tareas no podrá justificar su trabajo personal (en casa), lo que repercutirá de igual manera en el trabajo a realizar en caso de ausencia prolongada. Todo ello será siempre publicado en su Teams

- DECISIONES DE REDONDEO

El departamento ha acordado que el redondeo de las calificaciones se realice a partir de la cifra '.85'. De este modo, un 4,85 se redondeará a 5 y un 8,85 se redondeará a 9.

- EVALUACIÓN DEL ALUMNADO ACNEAE

Para la evaluación de todo nuestro alumnado se adaptan los contenidos, técnicas e instrumentos utilizando las formas de representación, acción y expresión e implicación detalladas anteriormente para facilitar su nivel de comprensión, desarrollo y acción demostrando su nivel competencial adquirido. Algunos ejemplos en el aula de EF será individualizar las explicaciones utilizando un lenguaje sencillo y asequible, subdividido en ordenes o nociones más sencillas o en el ámbito motriz, desglosando las pruebas prácticas en pequeños niveles de menor dificultad permitiendo la consecución de estas alcanzando los mínimos y buscando así que la práctica sea viable y motivante.

Tabla 10. Relación de los elementos curriculares: CE, IL, % peso, contenidos, instrumentos de evaluación, agente evaluador y unidades o situaciones de aprendizaje relacionadas para el curso de 1º de la ESO.

1º ESO

CE	Peso CE	Indicadores de logro (IL)	Peso IL(%)	Bloque de contenidos	Instrumento de evaluación (IE)	Agente			SA
						A	H	C	
1.1	4	IL1.1A.	2	A,B,C	Cuaderno (Diario); Guía de obs.; Prueba escrita	X	X		1,2,3
		IL1.1B	2	A,B	Cuaderno del alumno (Diario)	X	X		1,2,3
1.2	4	IL1.2A	2	A,B	Guía de observación (Rúbrica); P. práctica y escrita		X	X	1,2
		IL1.2.B	2	A,B,C	Guía de obs. (Rúbrica) + Cuaderno; Prueba escrita	X	X		1,2
1.3	4	IL1.3A	2	A	Guía de obs. (Rúbrica) + Cuaderno		X		2,5
		IL1.3B	2	A	Registro anecdótico; Lista de control; Prueba oral	X		X	2,5
1.4	8	IL1.4A	8	A,D	Registro anecdótico		X		T
1.5	8	IL1.5.A	8	A,D	Guía de obs. (Rúbrica); Prueba escrita		X	X	T
1.6	4	IL1.6.A	4	B	Guía de obs. (Rúbrica); P. práctica; Prueba escrita		X	X	9
1.7	4	IL1.7.A	4	A,B	Trabajo de investigación		X		T
1.8	4	IL1.8.A	4	A,B	Guía de obs. (Rúbrica)		X		2
1.9	4	IL1.9.A	4	A,B	Trabajo de investigación		X		4,7,8
2.1	4	IL2.1.A	2	A,C	Guía de obs. (Rúbrica) + Pr. práctica		X		3,5,6
		IL2.1.B	2	A,C	Guía de obs. (Rúbrica)		X		3,5,6
2.2		IL.2.2.A	2	A,B,C,D	Guía de obs. (Rúbrica) + Prueba práctica	X	X	X	5,6,7

	4	IL.2.2.B	2	A,B,C,D	Guía de obs. (Rúbrica) + Prueba práctica	X	X	X	5,6,7
2.3	4	IL.2.3.A	2	A,B,C,D	Guía de obs. (Rúbrica) + Pr. Práctica; Prueba escrita	X		X	4,5,6,7
		IL.2.3.B	2	A,B,C,D	Guía de obs. (Rúbrica) + P. práctica; Prueba escrita		X		4,5,6,7
2.4	8	IL.2.4.A	4	A,B,C,D	Guía de observación; Registro anecdótico		X		T
		IL.2.4.B	4	A,B,C,D	Guía de observación; Registro anecdótico		X		T
3.1	4	IL.3.1A	4	A,B,D	Prueba práctica + guía de obs.		X	X	4,6
3.2	4	IL.3.2A	4	A,B,D	Guía de obs. (Rúbrica) + Prueba práctica		X	X	1,4,7
3.3	8	IL3.3A	4	D	Guía de observación		X		T
		IL3.3B	4	D					T
4.1	4	IL.4.1A	4	B,C,E	Guía de obs. (Rúbrica) + Prueba práctica; Prueba escrita		X		10
4.2	4	IL.4.2A	2	A,C,E	Registro anecdótico		X		10
		IL.4.2B	2	A,C,E	Guía de obs. (Rúbrica) + Práctica		X		10
4.3	4	IL.4.3A	2	A,D,E	Guía de obs. (Rúbrica) + Prueba práctica		X	X	10
		IL.4.3B	2	A,D,E	Guía de obs. (Rúbrica) + Pr. Práctica; Prueba escrita		X		10
5.1	4	IL.5.1A	4	A,D,F	Guía de obs. (Rúbrica) + Prueba práctica		X		9
5.2	4	IL.5.2A	4	A,D,F	Guía de obs. (Rúbrica) + Prueba práctica		X		9

*CE: Criterios de evaluación; IL: Indicadores de logro; SA: Situaciones de aprendizaje; A: Autoevaluación; C: Coevaluación; H: Heteroevaluación

Tabla 11. Relación de los elementos curriculares: CE, IL, % peso, contenidos, instrumentos de evaluación, agente evaluador y unidades o situaciones de aprendizaje relacionadas para el curso de 2º de la ESO.

2º ESO									
CE	Peso CE	Indicadores de logro (IL)	Peso IL(%)	Bloque de contenidos	Instrumento de evaluación (IE)	Agente			SA
						A	H	C	
1.1	4	IL1.1A.	2	A,B,C	Cuaderno (Diario); Guía de obs.; Prueba escrita	X	X		1,2,3
		IL1.1B	2	A,B	Cuaderno del alumno (Diario)	X	X		1,2,3
1.2	4	IL1.2A	2	A,B	Guía de observación (Rúbrica); P. práctica y escrita		X	X	1,2
		IL1.2.B	2	A,B,C	Guía de obs. (Rúbrica) + Cuaderno; Prueba escrita	X	X		1,2
1.3	4	IL1.3A	2	A	Guía de obs. (Rúbrica) + Cuaderno		X		2,5
		IL1.3B	2	A	Registro anecdótico; Lista de control; Prueba oral	X		X	2,5
1.4	8	IL1.4A	8	A,D	Registro anecdótico		X		T
1.5	8	IL1.5.A	8	A,D	Guía de obs. (Rúbrica); Prueba escrita		X	X	T
1.6	4	IL1.6.A	4	B	Guía de obs. (Rúbrica); P. práctica; Prueba escrita		X	X	9
1.7	4	IL1.7.A	4	A,B	Trabajo de investigación		X		T
1.8	4	IL1.8.A	4	A,B	Guía de obs. (Rúbrica)		X		2
1.9	4	IL1.9.A	4	A,B	Trabajo de investigación		X		4,7,8
2.1	4	IL2.1.A	2	A,C	Guía de obs. (Rúbrica) + Pr. práctica		X		3,5,6
		IL2.1.B	2	A,C	Guía de obs. (Rúbrica)		X		3,5,6
2.2		IL.2.2.A	2	A,B,C,D	Guía de obs. (Rúbrica) + Prueba práctica	X	X	X	5,6,7

	4	IL.2.2.B	2	A,B,C,D	Guía de obs. (Rúbrica) + Prueba práctica	X	X	X	5,6,7
2.3	4	IL.2.3.A	2	A,B,C,D	Guía de obs. (Rúbrica) + Pr. Práctica; Prueba escrita	X		X	4,5,6,7
		IL.2.3.B	2	A,B,C,D	Guía de obs. (Rúbrica) + P. práctica; Prueba escrita		X		4,5,6,7
2.4	8	IL.2.4.A	4	A,B,C,D	Guía de observación; Registro anecdótico		X		T
		IL.2.4.B	4	A,B,C,D	Guía de observación; Registro anecdótico		X		T
3.1	4	IL.3.1A	4	A,B,D	Prueba práctica + guía de obs.		X	X	4,6
3.2	4	IL.3.2A	4	A,B,D	Guía de obs. (Rúbrica) + Prueba práctica		X	X	1,4,7
3.3	8	IL.3.3A	4	D	Guía de observación		X		T
		IL.3.3B	4	D					T
4.1	4	IL.4.1A	4	B,C,E	Guía de obs. (Rúbrica) + Prueba práctica; Prueba escrita		X		10
4.2	4	IL.4.2A	2	A,C,E	Registro anecdótico		X		10
		IL.4.2B	2	A,C,E	Guía de obs. (Rúbrica) + Práctica		X		10
4.3	4	IL.4.3A	2	A,D,E	Guía de obs. (Rúbrica) + Prueba práctica		X	X	10
		IL.4.3B	2	A,D,E	Guía de obs. (Rúbrica) + Pr. Práctica; Prueba escrita		X		10
5.1	4	IL.5.1A	4	A,D,F	Guía de obs. (Rúbrica) + Prueba práctica		X		9
5.2	4	IL.5.2A	4	A,D,F	Guía de obs. (Rúbrica) + Prueba práctica		X		9

*CE: Criterios de evaluación; IL: Indicadores de logro; SA: Situaciones de aprendizaje; A: Autoevaluación; C: Coevaluación; H: Heteroevaluación

Tabla 12. Relación de los elementos curriculares: CE, IL, % peso, contenidos, instrumentos de evaluación, agente evaluador y unidades o situaciones de aprendizaje relacionadas para el curso de 3º de la ESO.

3º ESO - LDV

CE	Peso CE	Indicadores de logro (IL)	Peso IL (%)	Bloque de Contenidos	Instrumento de evaluación (IE)	Agente			SA
						A	H	C	
1.1	4	IL1.1.A.	1.33	A1.1, A1.2, A3.1, C3	Cuaderno/porfolio; Guía de obs.; Prueba oral		X		1, 2
1.2	4	IL1.2.A	1.33	A1.7, A1.8	Guía de observación (Rúbrica) en práctica y escrita		X	X	4,6
		IL1.2.B	1.33	A1.1, A1.2, C3,D1	Cuaderno (Diario);Guía de observación y P práctica	X	X		2
1.3	4	IL1.3.A:	1	A1.3, A1.4, A2.1, A3.3, A3.4, A3.5	Trabajo investigación + portfolio		X	X	5
		IL1.3.B	1	A1.4, A1.5, A1.6, A3.2	Guía de obs. (lista de control)	X	X	X	2,5
1.4	8	IL1.4.A:	4	B3, B6	Registro anecdótico - CARNET POR PUNTOS		X		T
1.5	8	IL1.5.A:	4	A4, A5	Guía de obs. (Rúbrica); Prueba escrita		X	X	9
		IL1.5.B:	4	B2, B6, C6	Registro anecdótico - CARNET POR PUNTOS		X		T
1.6	4	IL1.6.A	4	B7	Guía de obs. (Rúbrica); Prueba práctica		X	X	5
1.7	4	IL1.7.A	2	A3.5, D4,E4	Registro anecdótico - CARNET POR PUNTOS	X	X	X	2,6,7
		IL1.7.B.	2	A3.3, A3.4, A3.5, E4	Portfolio digital (foro)		X		10
1.8	4	IL1.8.A:	4	B4, B5	Guía de obs. (lista de control)		X		2,8
1.9	4	IL1.9.A:	4	B5	Trabajos de investigación / portfolio (Rúbrica)		X		2,5,8,10
2.1	4	IL2.1.A:	2	B1,B4,D1	Guía de obs. (Rúbrica) en Prueba práctica	X	X	X	2,9

		IL.2.1.B:	2	B1,B4,D1,D2	Guía de obs. (Rúbrica) en Prueba práctica	X	X	X	2,4,6
2.2	4	IL.2.2.A	1,33	C1,D1	Guía de obs. (GPAI) + Prueba práctica		X	X	8,7
		IL.2.2.B	1,33	C1,D1	Guía de obs. (GPAI) + Prueba práctica		X	X	3,4,6
		IL.2.2.C	1,33	C1,D1	Guía de obs. (GPAI) + Prueba práctica		X	X	9
2.3	4	IL.2.3.A	2	C2,C3,C4,D3	Guía de obs. (GPAI) + Prueba práctica	X	X	X	2,7,9
		IL.2.3.B	2	C2, C3,C4	Guía de obs. (GPAI) + Prueba práctica	X	X	X	3,4,6
2.4	8	IL.2.4.A	8	B4,D2,D3	Registro anecdótico (Coevaluación + CCP)		X	X	T
3.1	4	IL.3.1.A	2	D1,D2,D3	Prueba práctica + guía de obs. (rúbrica)		X	X	4,6,9
		IL.3.1.B	2	D1,D2,D3,D4	Prueba práctica + guía de obs. (rúbrica)		X		3,4
3.2	4	IL.3.2.A	4	B1,B2, C5,D1,D3, D4	Proyecto (Rúbrica)	X	X	X	3,4,6,9
3.3	8	IL.3.3.A	4	D1,D2, D4	Guía de observación (Coevaluación + CCP)		X	X	T
4.1	4	IL.4.1.A	4	B2, E1	Trabajo de investigación+ Pr. Práctica/escrita		X	X	10
4.2	4	IL.4.2.A	4	E4	Guía de obs. (Rúbrica) - FORO		X		10
4.3	4	IL.4.3.A	2	E2, E1, E3	Guía de obs. (Rúbrica) + Prueba práctica		X	X	7
		IL.4.3.B	2	E2, E1, E3	Guía de obs. (Rúbrica) + Prueba escrita		X	X	7
5.1	4	IL.5.1.A	2	F1, F2, F3, F4,	Guía de obs. (Rúbrica) + Prueba práctica	X	X		8,10
5.2	4	IL.5.2.A	4	F6, F7	Proyectos + Guía de obs. (Rúbrica)		X	X	2,8

*CE: Criterios de evaluación; IL: Indicadores de logro; SA: Situaciones de aprendizaje; A: Autoevaluación; C: Coevaluación; H: Heteroevaluación

Tabla 13. Relación de los elementos curriculares: CE, IL, % peso, contenidos, instrumentos de evaluación, agente evaluador y unidades o situaciones de aprendizaje relacionadas para el curso de 4º de la ESO.

4º ESO									
CE	Peso CE	Indicadores de logro (IL)	Peso IL (%)	Bloque de Contenidos	Instrumento de evaluación (IE)	Agente			SA
						A	H	C	
1.1	4	IL1.1.A.	1.33	A1.1, A1.2, C3	Cuaderno/portfolio; Guía de obs.; Prueba oral		X		1, 2
		IL1.1.B	1.33	A1.1, A1.2, C3,D1	Cuaderno (Diario);Guía de observación y P práctica	X	X		2
		IL1.1.C	1.33	CE, D1	Cuaderno (Diario), P práctica + Proyecto	X	X		2
1.2	4	IL1.2.A	1.33	A1.9	Guía de observación (Rúbrica) en práctica y escrita		X	X	4,6
1.3	4	IL1.3.A:	1	A1.3, A1.5	Trabajo investigación + portfolio		X	X	5
		IL1.3.B:	1	A1.4, A1.10, A2.1, A3.3	Trabajo investigación + portfolio		X	X	5
		IL1.3.C	1	A1.6, A1.7, A1.8	Guía de obs. (lista de control)	X	X	X	2,5
		IL1.3.D	1	A3.1, A3.2	Registro anecdótico;	X	X		5
1.4	8	IL1.4.A:	4	B3	Registro anecdótico - CARNET POR PUNTOS		X		T
		IL1.4.B	4	A10, A2.1, A2.2,B2, B6	Investigación; Prueba escrita (FORO)		X		5,10
1.5	8	IL1.5.A:	4	C6	Guía de obs. (Rúbrica); Prueba escrita		X	X	9
		IL1.5.B:	4	B2, B6, C6	Registro anecdótico - CARNET POR PUNTOS		X		T
1.6	4	IL1.6.A	4	B7	Guía de obs. (Rúbrica); Prueba práctica		X	X	5
1.7	4	IL1.7.A	2	A3.5, D4,E4	Registro anecdótico - CARNET POR PUNTOS	X	X	X	2,6,7
		IL1.7.B.	2	A3.3, A3.4, A3.5, E4	Portfolio digital (foro)		X		10

1.8	4	IL1.8.A:	4	B4, B5	Guía de obs. (lista de control)		X		2,8
1.9	4	IL1.9.A:	4	B5	Trabajos de investigación / portfolio (Rúbrica)		X		2,5,8,10
2.1	4	IL2.1.A:	2	B1,B4,D1	Guía de obs. (Rúbrica) en Prueba práctica	X	X	X	2,9
		IL2.1.B:	2	B1,B4,D1,D2	Guía de obs. (Rúbrica) en Prueba práctica	X	X	X	2,4,6
2.2	4	IL2.2.A	1,33	C1, D1	Guía de obs. (GPAI) + Prueba práctica		X	X	8,7
		IL2.2.B	1,33	C1,D1	Guía de obs. (GPAI) + Prueba práctica		X	X	3,4,6
		IL2.2.C	1,33	C1,D1	Guía de obs. (GPAI) + Prueba práctica		X	X	9
2.3	4	IL2.3.A	2	C2,C3,C4,D3	Guía de obs. (GPAI) + Prueba práctica	X	X	X	2,7,9
		IL2.3.B	2	C2, C3,C4	Guía de obs. (GPAI) + Prueba práctica	X	X	X	3,4,6
2.4	8	IL2.4.A	8	B4,D2,D3	Registro anecdótico (Coevaluación + CCP)		X	X	T
3.1	4	IL3.1.A	2	D1,D2,D3	Prueba práctica + guía de obs. (rúbrica)		X	X	4,6,9
		IL3.1.B.	2	D1,D2,D3,D4	Prueba práctica + guía de obs. (rúbrica)		X		3,4
3.2	4	IL3.2.A.	4	B1,B2, C5,D1,D3, D4	Proyecto (Rúbrica)	X	X	X	3,4,6,9
3.3	8	IL3.3.A.	4	D1,D2, D4	Guía de observación (Coevaluación + CCP)		X	X	T
4.1	4	IL4.1.A	4	B2, E1	Trabajo de investigación+ Pr. Práctica/escrita		X	X	10
4.2	4	IL4.2.A	4	E4	Guía de obs. (Rúbrica) - FORO		X		10
4.3	4	IL4.3.A	2	E2, E1, E3	Guía de obs. (Rúbrica) + Prueba práctica		X	X	7
		IL4.3.B	2	E2, E1, E3, E5	Guía de obs. (Rúbrica) + Prueba escrita		X	X	7
5.1	4	IL5.1.A.	2	F1, F2, F3, F4	Guía de obs. (Rúbrica) + Prueba práctica		X		8
		IL5.1.B.	2	B2, F2, F5, F6	Guía de obs. (Rúbrica) + Pr. práctica/escrita	X	X		10
5.2	4	IL5.2.A.	4	F6, F6	Proyectos + Guía de obs. (Rúbrica)		X	X	2,8

*CE: Criterios de evaluación; IL: Indicadores de logro; SA: Situaciones de aprendizaje; A: Autoevaluación; C: Coevaluación; H: Heteroevaluación

Tabla 14. Relación de los elementos curriculares: CE, IL, % peso, contenidos, instrumentos de evaluación, agente evaluador y unidades o situaciones de aprendizaje relacionadas para el curso de 1º de BACHILLERATO.

1º BACHILLERATO									
CE	Peso CE	Indicadores de logro (IL)	Peso IL (%)	Bloque de Contenidos	Instrumento de evaluación (IE)	Agente			SA
						A	H	C	
1.1	10	IL1.1.A.	4	A1.1;A1.2;A1.3;A1.5,C3	Portfolio; Guía de obs.; P. Práctica y escrita (diario)		X		2
		IL1.1.B	3	A1.2;A1.3;A1.5,C3	Portfolio; Guía de obs.; P. Práctica y escrita (diario)	X	X		2
		IL.1.1.C	3	A1.3;A1.4;A1.5,C3	Cuaderno/portfolio, P. escrita.	X	X		2
1.2	5	IL1.2.A	2.5	A1.2;A1-5,C3, D2,D4,D5,D6	P. práctica, Guía de obs.(rúbrica);		X	X	2/4/6
		IL1.2.B	2.5	A1.2;A1.4,C3,D2,D4,D5,D6	Guía de obs.(rúbrica); Portfolio, P. escrita.	X	X		2
1.3	5	IL1.3.A:	2	A1.6,A3.2,A3.3, D2,D4,D5,D6	Cuaderno/portfolio, P. escrita.		X		5
		IL1.3.B:	2	A1.8,A1.9,A1.10	P. práctica, Guía de obs.(rúbrica);		X	X	2,5
		IL.1.3.C	1	A1.8,A3.1	Guía de obs.(rúbrica);		X		5
1.4	5	IL1.4.A:	2	A2.2,F2,F1	Cuaderno/portfolio digital	X	X		2
		IL1.4.B	3	B1	Guía de obs.(lista de control);		X		T
1.5	5	IL1.5.A:	3	A,B,C,D,E,F	Guía de obs.(rúbrica);	X	X	X	2,3,7,9
		IL1.5.B:	1	A2.1,A2.3	Trabajo /proyecto investigación		X		2,10
		IL.1.5.C	1	A2.4,A2.5,E4	Cuaderno/portfolio		X		2
1.6	2.5	IL1.6.A	1.5	B1,B4	Guía de obs.(lista de control); P. práctica		X	X	5
		IL1.6.B	1	B4, B5, B6	Guía de obs.(lista de control);		X	X	5

1.7	2.5	IL1.7.A	2.5	A3.3	Cuaderno (Foro): rúbrica		X		10
1.8	5	IL1.8.A:	4	A1.1,A1.2,A1.4,,A1.7	Guía de obs.(lista control); Cuaderno/portfolio digital.		X		2,5,8
		IL1.8.B	1	A1.7	Cuaderno digital, Guía de obs. (lista de control)		X		2,8
1.9	5	IL1.9.A:	5	A, C3	Cuaderno digital, Guía de obs. (lista de control)		X		2,5,10
2.1	5	IL2.1.A:	2.5	B3, C1,D	Prueba práctica y oral, Guía de obs.(rúbrica);	X	X	X	2
		IL2.1.B:	2.5	B3, C1,D	Prueba práctica y oral, Guía de obs.(rúbrica);	X	X	X	7,8,9
2.2	5	IL.2.2.A	2.5	B3,C1,C4	Prueba práctica, Guía de obs.(rúbrica);		X	X	8,9
		IL.2.2.B	2.5	B3,C1,C4	Prueba práctica, Guía de obs.(rúbrica);		X	X	3,4,6
2.3	5	IL.2.3.A	2.5	C2,C3,C4	Guía de obs.(lista control); Cuaderno/portfolio	X	X	X	3,9
		IL.2.3.B	2.5	C1,C2,C3,C4,C5	Guía de obs.(lista control); Cuaderno/portfolio	X	X	X	3/4/6
2.4	5	IL.2.4.A	5	B3,C1,C2,C3,C4,C5	Guía de observación		X		T
3.1	5	IL.3.1.A	1	A1.5,A2.5,B3.C2,E4	Proyecto, Guía de obs.(rúbrica);		X	X	2,4,6
		IL.3.1.B.	1	A2.1,A2.2,A2.3,A2.4,A3.3,D	Guía de obs.(rúbrica);		X		2,3
		IL.3.1.C.	3	D1,D2,D3,D4,D5,D6	Guía de obs.(rúbrica); P. práctica	X	X	X	9,4,6
3.2	5	IL.3.2.A.	5	B1, B2,D	Guía de obs.(rúbrica); P. práctica	X	X	X	2,4,6,7
3.3	5	IL3.3.A.	5	D2,D3,D4,D5,D6	Guía de obs.(rúbrica); P. práctica		X	X	T
4.1	5	IL.4.1.A	2.5	E1,E6	Proyecto, Guía de obs.		X		10
4.2	5	IL.4.2.A	2.5	C2,C5, E5,E2,E3, D2,D5,D6	Prueba práctica , Guía de obs.(rúbrica)	X	X	X	7
5.1	5	IL.5.1.A.	2.5	C5, F1,F2,F3,F5,F6	Guía de obs.(lista control); Cuaderno/portfolio			X	8
		IL.5.1.B.	2.5	F1,F2,F3,F4,F5,F6	Guía de obs.(lista control); Cuaderno/portfolio			X	8
5.2	5	IL.5.2.A.	5	C5,F1,F2,F3,F4,F5,F6	Guía de obs.(lista control); Cuaderno/portfolio	X	X	X	2,8

M. ORIENTACIONES PARA LA EVALUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DE AULA Y DE LA PRÁCTICA DOCENTE

Se registrará en la siguiente tabla los aspectos más importantes en cuanto al desarrollo de la programación didáctica con el fin de mejorarla o modificarla.

Tabla 15. Grado de desarrollo de la programación didáctica.

Grado de desarrollo alcanzado en la programación

SA ¹		Observaciones: Alteraciones, desfase, incidencias con respecto a la programación
1 ^{er} TRIMESTRE	Inferior a lo previsto	
	Lo previsto	
	Superior a lo previsto	
2 ^º TRIMESTRE	Inferior a lo previsto	
	Lo previsto	
	Superior a lo previsto	
3 ^{er} TRIMESTRE	Inferior a lo previsto	
	Lo previsto	
	Superior a lo previsto	
METODOLOGÍA	(Breve resumen)	
RESULTADOS	CUANTIFICACIÓN (%)	Observaciones:
	Insuficiente	Especificar si hay varios grupos. Valoración de los resultados.
	Suficiente	
	Bien	
	Notable	
	Sobresaliente	
PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN	Descripción	Observaciones: Especificar las modificaciones
	Los establecidos	
	Con modificaciones	
Procedimiento de recuperación de la asignatura pendiente de cursos anteriores	Cuantificación (Nº)	Observaciones: Valoración de los resultados
	Recuperan	
	No Recuperan	
PLANES DE CENTRO	Relación de planes participados	Observaciones: Valoración de actividades
RECURSOS	Libro de texto	Observaciones: (sobre estos u otros recursos):
	Apuntes profesor	Observaciones: (sobre estos u otros recursos):
	Herramientas TIC ²	

¹ Nº de situaciones de aprendizaje desarrolladas.

² Plataforma educativa Microsoft Teams, Paquete de herramientas office 365 del entorno Educacyl.

	Otros ³	Observaciones: (sobre estos u otros recursos):
ACTIVIDADES	REALIZADAS	Observaciones
	COMPLEMENTARIAS	
	EXTRAESCOLARES	
Otras apreciaciones	Necesidades materiales, espaciales.	
	Propuestas de mejora.	

³ Los del apartado D.

N. PROCEDIMIENTO PARA LA EVALUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

Para la evaluación del proceso de enseñanza y la práctica docente se utiliza la siguiente tabla donde se valora de 1 a 5 cada uno de los ámbitos de evaluación recogidos en esta, siendo “1” nada conseguido y “5” completamente conseguido. Todos estos aspectos se recogen con un formulario FORMS a final de curso.

EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA Y LA PRÁCTICA DOCENTE

1.-Evaluación de la programación didáctica y de la programación de aula:

- a.1.-Elaboración de la programación didáctica.
- a.2.-Elaboración de la programación de aula.
- b.1.-Contenido de la programación didáctica.
- b.2.-Contenido de la programación de aula.
- c.1.-Grado de cumplimiento de lo establecido en la PD.
- c.2.-Grado de cumplimiento de lo establecido en la PA.
- d.1.-Revisión de la programación didáctica.
- d.2.-Revisión de la programación de aula.
- e.-Información ofrecida sobre la programación didáctica.

2.-Evaluación de la práctica docente:

a.-Planificación de la Práctica docente:

- a.1.-Respecto de los componentes de la programación didáctica.
- a.2.-Respecto de los componentes de la programación de aula.
- a.3.-Respecto de la coordinación docente.

b.-Motivación hacia el aprendizaje del alumnado:

- b.1.-Respecto de la motivación inicial del alumnado.
- b.2.-Respecto de la motivación durante el proceso.

c.-Proceso de enseñanza-aprendizaje.

- c.1.-Respecto del desarrollo de las actividades.
- c.2.-Respecto de la organización del aula.
- c.3.-Respecto del clima en el aula.
- c.4.-Respecto de la utilización de recursos y materiales didácticos.

d.-Seguimiento del proceso de enseñanza-aprendizaje.

- d.1.-Respecto de lo programado.
- d.2.-Respecto de la información al alumnado.
- d.3.-Respecto de la contextualización.

e.-Evaluación del proceso.

- e.1.-Respecto de los criterios de evaluación.
- e.2.-Respecto de los instrumentos de evaluación.
- e.3.-Respecto de la participación de las familias.

O. ANEXO I. SECUENCIACIÓN DE CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA IES LEONARDO DA VINCI 2025/2026

SECUENCIACIÓN DE CONTENIDOS – IES LEONARDO DA VINCI

	1º ESO	2º ESO	3º ESO	4º ESO	1º BACH
1º TRIMESTRE	SA 1: Retos Cooperativos (Evaluación inicial) SA 2: Condición física SA 3: Combas SA 4: DA: Datchball	SA 1: Retos Cooperativos (Evaluación inicial) SA 2: CF SA 3: Combas SA 4: Expresión corporal	SA 1: Retos Cooperativos (Evaluación inicial) SA 2: CF: Resistencia y Fuerza SA 3: DA: Datchball / Ultimate / Jugger	SA 1: Retos Cooperativos (Evaluación inicial) SA 2: Condición Física: Resistencia y Fuerza SA 3: Ultimate	SA 1: Scape Room Evaluación Inicial SA 2: Condición Física - HYROX SA 3: Ultimate
2º TRIMESTRE	SA 5: Pickleball SA 6: Jugger SA 7: Fútbol	SA 5: DA: Tchoukball SA 6: Pickleball / Minitenis SA 7: Jugger SA 8: Fútbol	SA 4: Smashball SA 5: Primeros auxilios y nutrición SA 6: Baloncesto SA 7: Expresión corporal	SA 4: Tchoukball SA 5: Nutrición y 1º Auxilios SA 6: Rugby tag SA 7: Expresión corporal.	SA 4: Balonmano SA 5: Nutrición y Lesiones. PODCAST SA 6: Rugby tag SA 7: Expresión corporal.
3º TRIMESTRE	SA 8: Parkour SA 9: Rastreos SA 10: Deporte y sociedad	SA 9: Parkour SA 10: Rastreos SA 11: Deporte y sociedad	SA 8: Orientación SA 9: Bádminton SA 10: Deporte y sociedad	SA 8: Orientación SA 9: Pádel /Tenis SA 10: Deporte y sociedad	SA 8: Orientación Deportiva + Ciclismo SA 9: Tenis / Padel SA 10: Deporte y sociedad

P. ANEXO II. NORMAS DE CLASE

NORMAS DE EDUCACIÓN FÍSICA

INDUMENTARIA



- Imprescindible acudir a las clases con **ropa y calzado deportivo** (bien atado). Otra indumentaria supondrá la **no participación** en la clase y la **penalización** oportuna.
- Evitar traer anillos, pendientes, pulseras y relojes. Se recomienda guardarlos en la mochila antes de empezar la clase

HIGIENE PERSONAL



- Cada alumno deberá acudir a clase con un **neceser**, para utilizar después de la clase, que incluya:
 - Camiseta de cambio
 - Productos aseo personal: toalla, colonia, desodorante, jabón...
- Cada alumno deberá acudir a clase con su propia **botella de agua** para mantener una adecuada hidratación.
- No llevar estos materiales a clase supondrá **penalización** en la calificación final.



COMPORTAMIENTO Y CUIDADO DEL MATERIAL

- El alumnado deberá **respetar a sus compañeros, el profesor y el material**. Cualquier falta sobre estos será **penalizado**.
- Se seguirán las medidas establecidas en el **Reglamento de Régimen Interno** en cuanto al comportamiento del alumnado en clase.
- Será **OBLIGATORIA la PARTICIPACIÓN** en todas las clases, pudiendo ser sancionado aquel que se niegue a participar en ellas.
- Estará **prohibido entrar en el cuarto de material** sin el permiso del profesor.
- **Prohibido comer durante las clases, incluido el chicle.**
- **Prohibido el uso de dispositivos móviles**, salvo en aquellas actividades en las que el profesor de su consentimiento.

PUNTUALIDAD



- El alumnado deberá estar en el gimnasio a la hora que da comienzo la clase.

ENFERMEDAD O LESIÓN



- El alumnado notificará al inicio de curso si sufre alguna lesión o patología que dificulte con normalidad las clases de EF.
- Cuando el alumno por **motivos puntuales** sí asista a clase, pero esté indispuesto para la práctica, deberá presentar un justificante de los padres que indique que son conocedores de esta circunstancia.
 - Si la enfermedad persiste, deberán traer un justificante médico. A su vez, deben traer ropa deportiva a clase y buena disposición ya que el profesor/a determinará que podrá realizar.