

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

BACHILLERATO *LOMCE*. CURSO 2017/ 2018

CURSO: 1º

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA

DEPARTAMENTO: MODULO COMÚN

PROFESOR/A: JESÚS CATALÁN CAMBRONERO

1. INTRODUCCIÓN.

1.1 Características de la Educación Física.

En una sociedad en la que la práctica de actividad física se hace cada vez más necesaria, es fundamental dotar a las personas de los conocimientos adecuados que las capaciten para gestionar de manera eficaz sus recursos motrices, con el fin de que puedan establecer hábitos saludables y mantenidos en el tiempo, que contribuyan a la mejora de su calidad de vida.

La Educación Física en Bachillerato puede suponer, en muchos casos, el último contacto del individuo con una práctica física regular. Esto, unido a las características que el alumnado presenta en estas edades, hace que el planteamiento didáctico de esta materia adquiera una gran importancia en la relación futura de los alumnos y alumnas con la actividad física. Así, se tendrán que establecer las condiciones de aprendizaje adecuadas que les permitan adquirir los recursos motrices y desarrollar las actitudes y sentimientos hacia la práctica motriz que posibiliten la creación de hábitos de práctica saludables, afianzados y perdurables.

El planteamiento de la Educación Física en esta etapa supone la culminación de los aprendizajes adquiridos en periodos anteriores y proporcionará al alumnado las competencias necesarias para la planificación y la organización de su práctica motriz, de modo que le permita gestionar de forma autónoma su propia experiencia física, lo que facilitará el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable.

La salud sigue siendo un eje de actuación primordial, entendida no sólo como ausencia de enfermedad, sino como responsabilidad individual y colectiva y, para ello, se ha de profundizar en los conocimientos teóricos y prácticos referidos a los factores de la condición física y al control de los riesgos asociados a las actividades, así como en la consolidación de hábitos posturales correctos y de una ejecución técnica que prevenga o evite lesiones; asimismo, hay que plantear el análisis crítico de las interpretaciones que en la sociedad actual se producen en torno a la actividad física.

Por otro lado, el perfeccionamiento de las habilidades motrices que se acomete en esta etapa contribuirá a la utilización activa del tiempo de ocio y a la mejora de la calidad de vida de los alumnos y alumnas. El conocimiento y dominio del mayor número de habilidades motrices, además de posibilitar una práctica más satisfactoria, proporcionará un bagaje motriz que jugará un papel de máxima importancia en la creación de hábitos de práctica de actividad física perdurables.

Dado el carácter propedéutico del Bachillerato y la evolución que ha experimentado el número de profesiones y de ofertas de estudios superiores relacionados con la actividad física y la salud, esta materia tratará de presentar distintas alternativas que sirvan para que el alumnado pueda adoptar criterios de valoración de esas profesiones y posibilidades de estudio, ya sea en el ámbito universitario, en el de la formación profesional o en las enseñanzas deportivas, así como las profesiones en las que la capacidad física se convierte en un aspecto imprescindible para su desarrollo.

Teniendo en cuenta todo lo anterior, la adaptación de los contenidos a los intereses de los alumnos y alumnas y la variedad de los mismos serán algunas de las características del planteamiento curricular de este curso, que tendrá como base la consolidación y perfeccionamiento de los aprendizajes adquiridos en la etapa anterior.

2. SECUENCIA Y TEMPORALIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS

Inicialmente planteamos la siguiente temporalización de contenidos que vamos a trabajar en el curso 2017-2018, a través de las Unidades Didácticas (UD).

| <i>Distribución temporal</i> | Contenidos | Observaciones |
|------------------------------|--|--|
| TRIMESTRE 1 | UD1. Condición Física y salud. UD2. Actividades en el medio natural UD3. Juegos Populares. | - Elaboración y puesta en práctica de forma autónoma de un programa personal de actividad física saludable. - Uso del medio natural para el desarrollo de las capacidades físicas básicas. - Organización de un campeonato de Juegos Populares |
| TRIMESTRE 2 | UD4. Comba Artística. UD5. Expresión corporal, y baile, habilidades acrobáticas y acrosport. UD6. El Circo y la E.F. | - Elaboración de un montaje artístico con cuerdas. - Práctica de las diferentes habilidades expresivas a través del cuerpo y el movimiento. - Organización de unas jornadas circenses |
| TRIMESTRE 3 | UD7. Deportes colectivos. UD8. Actividades en el Medio Natural. (Bloque III) | - Diseño y organización olimpiadas deportivas - Senderismo, orientación, escalada, barranquismo y espeleología |

Cabe señalar que dicha temporalización puede sufrir alguna modificación a lo largo del curso, debido a la disponibilidad de material e instalaciones necesarias para su realización, así como la participación en algún evento deportivo acordado por los Servicios Periféricos de Deporte de Cuenca.

3. CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y CORRESPONDIENTES ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES

| BLOQUE I. CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD | | |
|--|---|---|
| Contenidos | Criterios de evaluación | Estándares de aprendizaje evaluables y relación con las competencias |
| <p>-Consolidación de los conocimientos teóricos y prácticos que sobre la mejora de las capacidades físicas básicas relacionadas con la salud han sido adquiridos en cursos anteriores y aplicación práctica de los mismos.</p> <p>-Elaboración y puesta en práctica de forma autónoma de un programa personal de actividad física saludable adaptado a las características e intereses personales y que pueda ser desarrollado tanto en el horario escolar como en su tiempo de ocio.</p> <p>-Pautas y factores a considerar en la elaboración de un programa personal de actividad física saludable.</p> <p>-Aplicación sistemática y autónoma de pruebas de valoración que aporten datos para la elaboración del programa personal de actividad física saludable.</p> <p>-Utilización de distintos recursos y aplicaciones informáticas como complemento para el desarrollo del programa personal de actividad física saludable.</p> <p>-Determinación de los requerimientos nutricionales para el desarrollo del programa personal de actividad física saludable.</p> <p>-Profundización en las técnicas de relajación trabajadas en cursos anteriores y utilización autónoma de las mismas.</p> <p>-Consolidación de los hábitos posturales saludables en la práctica de actividad física.</p> | <p>1. Mejorar o mantener los factores de la condición física y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios u ocupaciones</p> | 1.1. Integra los conocimientos adquiridos sobre nutrición y balance energético en el programa personal de actividad física saludable. (CMCT,SIEE,CCL,CAA) |
| | | 1.2. Incorpora en su práctica física los hábitos posturales que promueven la salud. (CMCT,SIEE) |
| | | 1.3. Utiliza de forma autónoma las técnicas de activación y de recuperación en la actividad física. (CMCT,SIEE,CAA) |
| | | 1.4. Emplea de forma autónoma técnicas de relajación como medio para obtener el equilibrio psicofísico. (CMCT,SIEE,CAA) |
| | | 1.5. Alcanza los objetivos de nivel de condición física previstos en su programa personal de actividad física saludable. (CMCT,SIEE,CCL,CAA) |
| | <p>2. Planificar, elaborar y poner en práctica un programa personal de actividad física que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas.</p> | 2.1. Diseña y pone en práctica un programa personal de actividad física saludable que responda a sus intereses y que tenga en cuenta sus características personales, utilizando los métodos adecuados y conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad, descanso y tipo de actividad y que pueda ser desarrollado tanto en el periodo escolar como en su tiempo libre. (CMCT,SIEE,CCL,CAA) |
| | | 2.2. Valora de forma autónoma su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz utilizando los resultados obtenidos en la elaboración y progreso de su programa personal de actividad física saludable. (CMCT,SIEE,CCL,CAA) |
| | | 2.3. Comprueba el nivel de logro de los objetivos de su programa personal de actividad física saludable, realizando los ajustes necesarios cuando no se obtengan los resultados previstos. (CMCT,SIEE,CCL,CAA) |

Competencias clave LOMCE: Social y cívica. (CSC), Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor (SIEE), Aprender a aprender (CAA), Conciencia y expresiones culturales (CEC), Competencia digital (CD), Matemática y competencias básicas en ciencias y tecnología (CMCT), Comunicación lingüística (CCL).

| BLOQUE II. JUEGOS Y DEPORTES | | |
|---|---|--|
| Contenidos | Criterios de evaluación | Estándares de aprendizaje evaluables y relación con las competencias |
| <p>-Perfeccionamiento de los aspectos técnicos, tácticos y reglamentarios de una o varias de las modalidades deportivas realizadas en la etapa anterior. Aplicación a situaciones variadas de práctica, incluyendo de competición.</p> <p>-Práctica de los distintos roles que se pueden desempeñar en las situaciones deportivas: jugador con distintas funciones y posiciones en el campo, árbitro, anotador, etc.</p> <p>-Realización de juegos y deportes alternativos y recreativos.</p> <p>-Experimentación de algunas modalidades de deportes adaptados como medio de sensibilización y de respeto por las diferencias.</p> <p>-Planificación y puesta en práctica de forma autónoma de actividades para el desarrollo de su propia práctica de actividad deportiva en el periodo escolar, teniendo en cuenta los recursos disponibles en el centro.</p> <p>-Organización de competiciones deportivas en el periodo escolar.</p> | <p>1. Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando recursos técnicos con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnicos desarrollados en el ciclo anterior.</p> | <p>1.1. Adapta la utilización de los recursos técnicos de la modalidad a los condicionantes que surgen del juego buscando resolver situaciones en distintos contextos de práctica, incluidos los de competición. (CMCT,SIEE)</p> |
| | | <p>1.2. Utiliza con precisión y fluidez los recursos técnicos de la modalidad. (CMCT,SIEE)</p> |
| | <p>2. Solucionar de forma creativa situaciones de oposición y colaboración adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.</p> | <p>2.1. Selecciona y utiliza las acciones tácticas apropiadas de la modalidad adaptándose a las circunstancias del juego y buscando conseguir el objetivo de la acción motriz. (CMCT,SIEE)</p> |
| | | <p>2.2. Colabora con sus compañeros y compañeras y desempeña las funciones que le corresponden en los procedimientos o sistemas puestos en práctica para conseguir los objetivos planteados. (CMCT,SIEE,CSC)</p> |
| | | <p>2.3. Utiliza con precisión y fluidez los recursos tácticos de la modalidad. (CMCT,SIEE)</p> |
| | | <p>2.4. Valora la idoneidad de sus acciones en las actividades físico-deportivas desarrolladas, argumentando sus decisiones. (CMCT,SIEE,CCL)</p> |
| | | <p>2.5. Plantea estrategias variadas de resolución de situaciones de práctica adaptándolas a los factores presentes en el juego. (CMCT,SIEE)</p> |
| <p>2.6. Elabora y pone en práctica de forma autónoma actividades para el desarrollo de los recursos motrices de la modalidad justificando sus decisiones. (CMCT,SIEE,CCL,CAA)</p> | | |

Competencias clave LOMCE: *Social y cívica. (CSC), Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor (SIEE), Aprender a aprender (CAA), Conciencia y expresiones culturales (CEC), Competencia digital (CD), Matemática y competencias básicas en ciencias y tecnología (CMCT), Comunicación lingüística (CCL).*

| BLOQUE III. ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS EN EL MEDIO NATURAL | | |
|--|--|--|
| Contenidos | Criterios de evaluación | Estándares de aprendizaje evaluables y relación con las competencias |
| <p>-Afianzamiento de las técnicas de al menos una de las actividades físico-deportivas en el medio natural trabajadas en cursos anteriores utilizando los recursos del propio centro y, si hay posibilidad, el entorno cercano y otros entornos.</p> <p>-Planificación de la puesta en práctica de actividades físico-deportivas en el medio natural en las que se apliquen una o varias de las técnicas trabajadas en cursos anteriores y que puedan ser utilizadas de forma autónoma en el tiempo de ocio personal.</p> <p>-Pautas básicas de organización de actividades físico-deportivas en el medio natural.</p> <p>-Utilización de distintos recursos y aplicaciones informáticas en el desarrollo de las actividades en el medio natural: consulta de mapas, creación y búsqueda de rutas, búsqueda de pistas (geocaching), consultas meteorológicas.</p> <p>-Análisis de las posibilidades de realizar actividades físicas en el medio natural mediante el estudio de la oferta de instituciones públicas, de asociaciones y clubes deportivos y de empresas privadas.</p> <p>-Adopción de medidas de conservación y mejora del medio ambiente en la puesta en práctica de actividades físicas en el medio natural.</p> | <p>1. Considerar las actividades físico-deportivas en el medio natural como una opción adecuada de utilización del tiempo de ocio, planteando propuestas de aplicación de técnicas específicas en el mismo que respondan a las características, gustos y necesidades personales y mostrando actitudes activas de conservación y mejora del medio ambiente.</p> | <p>1.1. Aplica las técnicas de la actividad físico deportiva en el medio natural en contextos adaptados y/o naturales, adaptándose a los condicionantes de la práctica y teniendo en cuenta los aspectos organizativos necesarios. (CMCT,SIEE)</p> |
| | | <p>1.2. Planifica la puesta en práctica de actividades físico-deportivas en el medio natural en las que se apliquen una o varias de las técnicas trabajadas en cursos anteriores, que responda a sus intereses y que pueda ser desarrollada en su tiempo libre, atendiendo a pautas básicas de organización. (CMCT,SIEE)</p> |
| | | <p>1.3. Recoge en su plan de puesta en práctica de actividades físico-deportivas en el medio natural propuestas a realizar para la conservación y mejora del medio ambiente. (CSC,CMCT)</p> |

Competencias clave LOMCE: *Social y cívica. (CSC), Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor (SIEE), Aprender a aprender (CAA), Conciencia y expresiones culturales (CEC), Competencia digital (CD), Matemática y competencias básicas en ciencias y tecnología (CMCT), Comunicación lingüística (CCL).*

| BLOQUE IV. EXPRESIÓN CORPORAL Y ARTÍSTICA | | |
|---|---|--|
| Contenidos | Criterios de evaluación | Estándares de aprendizaje evaluables y relación con las competencias |
| <p>-Utilización creativa de técnicas de expresión corporal en la elaboración y representación de composiciones con intencionalidad expresiva, artística o rítmica, de forma individual o grupal.</p> <p>-Análisis de las manifestaciones expresivas, artísticas y rítmicas presentes en la sociedad y en su entorno y de la oferta de este tipo de actividades, ya sea como espectador o como participante.</p> | <p>1. Crear y representar composiciones corporales colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición..</p> | 1.1. Elabora composiciones con finalidad expresiva y/o artística o rítmica.(SIEE,CEC) |
| | | 1.2. Utiliza adecuadamente, según el caso, las técnicas expresivas, artísticas o rítmicas más apropiadas, prestando especial atención en crear algo original y creativo.(SIEE,CEC) |
| | | 1.3. Adecua sus acciones al sentido y características de la composición. (CEC) |
| | | 1.4. Identifica y reflexiona sobre las distintas manifestaciones expresivas, artísticas y rítmicas presentes en la sociedad y en su entorno y sobre la posibilidad de participación en este tipo de actividades, ya sea como espectador o como participante. (CEC,CSC) |

Competencias clave LOMCE: *Social y cívica. (CSC), Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor (SIEE) ,Aprender a aprender (CAA), Conciencia y expresiones culturales (CEC), Competencia digital (CD), Matemática y competencias básicas en ciencias y tecnología (CMCT), Comunicación lingüística (CCL).*

| BLOQUE V. ACTITUDES, VALORES Y NORMAS. ELEMENTOS COMUNES | | |
|--|--|---|
| Contenidos | Criterios de evaluación | Estándares de aprendizaje evaluables y relación con las competencias |
| <p>-Diseño, organización y participación en actividades físico-deportivas como recurso de utilización del tiempo libre y de ocio.</p> <p>-Reflexión sobre la influencia que sobre la salud y la calidad de vida tienen los hábitos beneficiosos y perjudiciales.</p> <p>-Análisis y reflexión sobre las interpretaciones, tanto positivas como negativas, que pueden generarse en torno a la actividad físico-deportiva (violencia en el deporte, trastornos de la imagen corporal, doping, etc.).</p> <p>-Estudio de las posibles salidas profesionales relacionadas con la actividad físico-deportiva.</p> <p>-Normas de seguridad y de correcta utilización de los materiales y de las instalaciones en la práctica de actividades físico-deportivas.</p> <p>-Práctica de actividades para el refuerzo de las técnicas y conocimientos adquiridos sobre primeros auxilios en cursos anteriores.</p> <p>-Reflexión sobre los valores y contravalores presentes en la actividad físico-deportiva.</p> | 1. Valorar la actividad física desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la auto superación y las posibilidades de interacción social y de perspectiva profesional, adoptando actitudes de interés, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la actividad física. | <p>1.1. Diseña, organiza y participa en actividades físico-deportivas como recurso de utilización activa de su tiempo de ocio y de fomento de estilos de vida saludables. (CMCT, SIEE)</p> <p>1.2. Analiza y adopta una actitud crítica ante las prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva y ante los fenómenos socioculturales relacionados con la corporalidad y los derivados de las manifestaciones deportivas. (CMCT,CSC,CSC)</p> <p>1.3. Conoce las posibilidades de la actividad físico-deportiva como opción laboral en un futuro. (SIEE)</p> |
| | 2. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo, a los otros y al entorno en el marco de la actividad física. | <p>2.1. Prioriza la deportividad en la práctica de actividad física, mostrando actitudes de respeto hacia los demás así como hacia las normas y al entorno de práctica. (CSC)</p> <p>2.2. Acepta con responsabilidad su función el grupo, colaborando activamente en el desarrollo de las actividades. (CSC,SIEE)</p> <p>2.3. Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando a su participación y respetando las diferencias. (CSC)</p> <p>2.4. Muestra actitudes de compromiso con su aprendizaje y con la mejora de su capacidad motriz. (SIEE)</p> |
| | 3. Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de las actividades físico-deportivas y artísticas expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo. | <p>3.1. Aplica de forma autónoma medidas de seguridad en la práctica de actividades físico-deportivas. (CAA,SIEE)</p> <p>3.2. Prevé los riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. (CMCT,CSC)</p> <p>3.3. Utiliza espacios, materiales y equipamientos atendiendo a criterios de uso adecuado y de prevención ante accidentes. (CMCT,SIEE,CSC)</p> <p>3.4. Conoce los protocolos que deben seguirse ante las lesiones y accidentes más frecuentes que se producen durante la práctica de actividades físico-deportivas. (CMCT, SIEE)</p> |
| | 4. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información | <p>4.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para profundizar en su conocimiento y elaborar documentos de distinto tipo (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), realizando exposiciones si fuera necesario. (CD,CAA)</p> |

| | | |
|--|--|---|
| | relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos. | 4.2. Aplica criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia, compartiendo la información para su discusión o difusión con la herramienta tecnológica adecuada cuando así fuese necesario. (CD,CAA) |
| | | 4.3. Utiliza adecuadamente las Tecnologías de la Información y la Comunicación como ayuda en la preparación y la puesta en práctica de actividades físicas. (CD,CAA) |

Competencias clave LOMCE: *Social y cívica. (CSC), Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor (SIEE), Aprender a aprender (CAA), Conciencia y expresiones culturales (CEC), Competencia digital (CD), Matemática y competencias básicas en ciencias y tecnología (CMCT), Comunicación lingüística (CCL).*

4. ESTRATEGIAS E INSTRUMENTOS PARA LA EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES DEL ALUMNADO.

4.1. Estrategias para la Evaluación.

Las estrategias para la Evaluación en la materia de Educación física tendrán las siguientes características:

a) Evaluación inicial

La primera sesión de cada Unidad Didáctica se dedicará a realizar una evaluación inicial del alumnado mediante:

- **Una charla de presentación (asamblea)** en la que evaluaremos, mediante preguntas dirigidas a la clase: cuál es el nivel de conocimiento y experiencia previa, intereses y expectativas del grupo relacionados con la UDD.
- **Familiarización con los contenidos** mediante unas actividades prácticas, donde podemos recoger una información inicial sobre el clima de clase, el nivel de CF y de habilidad, las posibilidades y limitaciones que encontraremos en el desarrollo de la UD.

b) Evaluación formativa y continua

La evaluación tendrá carácter operativo en cada Unidad Didáctica (UD).

- Cada UDD será evaluada en referencia a los CE que incluya.
- A la hora de evaluar la consecución de cada criterio, se realizará a través de aquellas acciones que ejerzan como estándares de aprendizaje evaluables.
- Al final de cada UD se informará al alumnado de la nota alcanzada.
- La calificación del alumno en cada UD será el resultado de la suma obtenida en los estándares de evaluación. Obteniendo una valoración global del 1 al 10.
- A través de los instrumentos de evaluación valoraremos de forma objetiva la superación de cada estándar de aprendizaje, para poder conocer realmente lo que el alumno sabe y no sabe.

c) Evaluación sumativa

Es aquella que se realiza al finalizar el curso. Responde, por tanto, a una necesidad de globalizar todos los datos obtenidos durante la fase de evaluación formativa y también de observar la progresión individual del alumno/a a partir de la evaluación inicial.

4.2. Instrumentos para la Evaluación.

Los instrumentos de evaluación que emplearemos para el alumnado serán:

- a) OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA.** Consiste en registrar de forma sistemática las situaciones habituales de una sesión o situaciones concretas. Se utiliza registrando en el cuaderno del profesor en cada sesión lo observado sobre algunos alumnos o sobre la clase en general. Es un procedimiento realmente eficaz a nivel informativo y que además permite al profesor revisar su trabajo con una mirada retrospectiva.
- b) ENSAYO PREVIO.** Se propone al alumno una serie de tareas (escritas o motrices) aisladas, de aplicación o enlazadas, en situación de pruebas o examen sin calificación. Este procedimiento puede utilizarse fundamentalmente para las composiciones creativas o para recoger los conocimientos generales sobre las actividades que hemos desarrollado.
- c) TEST DE VALORACIÓN DE LA CONDICIÓN FÍSICA.** Consiste en realizar una serie de pruebas de capacidad física que arrojan unos resultados objetivos.
- d) PRUEBAS PRÁCTICAS Y PLANILLA DE OBSERVACIÓN.** Utilizadas mucho para valorar la adquisición de habilidades motrices específicas. Se basa en rellenar una planilla de observación donde aparece una rúbrica con diferentes parámetros.
- e) PRUEBAS OBJETIVAS.** Consiste en responder de forma escrita preguntas no sujetas a posibles interpretaciones. Se utiliza este procedimiento en algún control sobre temas teóricos.
- f) TRABAJOS DE RECOPIACIÓN O INVESTIGACIÓN.** Es realizar un trabajo sobre temas propuestos por el profesor, individual o grupalmente utilizando estrategias de resumen, recopilación o investigación.
- g) AUTOEVALUACIÓN.** Aportando unas pautas concretas sobre las que hacer la valoración de su autoevaluación y un margen de libre expresión para que añadan la valoración que consideren pertinente sobre el proceso de enseñanza-aprendizaje.
- h) COEVALUACIÓN.** A través de la cual recogemos una información valiosa de lo enseñado y lo “percibido” por el alumnado.
- i) FICHAS DE CLASE.** Son aquellas que el profesor facilita al alumno en casos concretos y particulares: en caso de olvidar la ropa deportiva o tener una lesión temporal; o de modo genérico a todos los alumnos.

5. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.

5.1 Criterios de calificación.

a) Calificación de la UNIDAD DIDÁCTICA.

Cada Unidad Didáctica recoge los CE, estándares e instrumentos de evaluación que incluye, así como el porcentaje de calificación de cada uno dentro de la misma. El alumno/a obtendrá una nota entre 0-10 en cada UD, sumando los resultados obtenidos en todas las pruebas de evaluación.

Para considerar que se han alcanzado los objetivos mínimos y aprobar así la UD, será necesario que el alumno alcance un resultado igual o superior a 5 en la suma de los estándares de aprendizaje evaluados en dicha Unidad Didáctica.

b) Calificación del TRIMESTRE.

Para hacer la media ponderada del Trimestre, será necesario alcanzar mínimo el 4 en todas las UUDD de la Evaluación.

La **calificación de cada Evaluación** será la media obtenida en las Unidades Didácticas que componen cada Trimestre. Se expresará en términos de: Insuficiente (0-4), Suficiente (5), Bien (6), Notable (7, 8) o Sobresaliente (9,10).

c) Calificación FINAL ORDINARIA.

Del mismo modo, la **calificación Final** de la asignatura de EF al término del curso, vendrá dada por la media obtenida en las tres Evaluaciones. Se expresará en términos de: Insuficiente (0-4), Suficiente (5), Bien (6), Notable (7, 8) o Sobresaliente (9,10).

La materia se considerará aprobada cuando la media de las calificaciones obtenidas por el alumnado en las 3 evaluaciones parciales sea igual o superior a 5 y haya sido evaluado positivamente en al menos 2 de las 3 evaluaciones realizadas a lo largo del curso, alcanzando una calificación mínima de 4 en la evaluación evaluada negativamente.

5.2 Criterios de recuperación y de refuerzo.

En caso de evaluación negativa (insuficiente), sabremos en todo momento cuáles son los estándares en los que el alumno/a debe mejorar para recuperarlos.

-Si no logrará alcanzar el Suficiente (5) en alguna UD, tendrá la posibilidad de recuperarla al término de dicha Evaluación, siempre y cuando se disponga de tiempo. Sino deberá de esperar a recuperarla al inicio del siguiente periodo temporal.

-En caso de suspender una Evaluación, tendrán derecho a recuperarla en el siguiente periodo temporal o en prueba extraordinaria a realizar al final del curso.

Para ello, se recogerá aquellos estándares que han sido causa del suspenso, así como las actuaciones y/o los cambios que debe presentar el alumno o alumna para poder recuperar los contenidos suspensos. En función de los contenidos tratados en cada una de las evaluaciones, se diseñarán las pruebas pertinentes.

5.3 Pruebas finales.

Las pruebas que tengan carácter final versarán sobre los contenidos de todas las unidades cursadas en cada materia. Para obtener una calificación positiva en la prueba deberán obtenerse una puntuación igual o superior a 5.

La Calificación que figurará en el informe de evaluación del alumnado no será superior a 5 (suficiente).

5.4 Prueba extraordinaria de Septiembre.

A esta convocatoria concurrirá aquel alumnado que NO haya obtenido calificación positiva (igual o superior a 5) en la evaluación final ordinaria.

La materia se considerará aprobada en la convocatoria extraordinaria de septiembre cuando el/la alumno/a obtenga en la prueba final extraordinaria una calificación igual o superior a 5.

En el supuesto de que el/la alumno/a haya suspendido 2 ó 3 evaluaciones parciales durante el proceso ordinario tendrá que presentarse a la prueba final con toda la materia.

En caso de haber suspendido una evaluación durante el proceso ordinario, el alumnado realizará la parte no superada de la prueba final.

Dicha prueba extraordinaria consistirá en:

-Examen teórico-práctico de los contenidos suspensos, que se han dado a lo largo del curso.

-Presentación de un trabajo relacionado con las unidades didácticas en las que no cumplió con los objetivos establecidos por la presente programación.

La Calificación que figurará en el informe de evaluación del alumnado no será superior a 5.

5.5 Alumnado inhabilitado temporal o completamente de la práctica.

La posible existencia de alumnado inhabilitado de la práctica física temporal o completamente por enfermedad o lesión, deberá estar debidamente justificada y siempre prescrita por orden médica del especialista. La lesión o enfermedad que se padezca ha de aconsejar en qué medida debe realizarse la actividad física, y en todo caso, cuando así se requiera la falta total de ejercicio físico.

Este hecho, conlleva la modificación en el tratamiento de los elementos curriculares, fundamentalmente en relación a los contenidos y los instrumentos a evaluar. Así, en estos términos, la calificación estará compuesta según los siguientes apartados, siendo su importancia estimada en base al nivel y grupo de referencia:

- **Evaluación de aspectos cognoscitivos:** mediante la realización de prueba teórica o trabajos acerca del contenido dado en clase.
- **Evaluación de contenidos prácticos:** Realización de un diario de clase (descriptivo de lo acontecido), y/o trabajos de aplicación práctica.
- **Evaluación de las actitudes:** Teniendo en cuenta: colaborar con la organización de la clase y ayudar al profesor en aquello que así lo requiera.

La valoración de cada uno de los apartados, queda reflejada tal y como se describe:

- *Aspectos cognoscitivos:* 4 puntos.
- *Aspectos procedimentales:* 2 puntos.
- *Actitudes:* 4 puntos.

5.6 Evaluación de alumnado con la materia pendiente.

El departamento convocará a estos alumnos a un examen en el periodo establecido de acuerdo con la Jefatura de Estudios. El tipo de examen será igual al realizado en la convocatoria extraordinaria de septiembre.

5.7 Evaluación del alumnado con educación física pendiente que repite curso.

Cursarán de nuevo el área, debiendo tenerse en cuenta las causas que propiciaron su calificación insuficiente anterior, realizando aún si cabe un seguimiento más personalizado, con el fin de conseguir una mayor integración y motivación hacia el trabajo diario en clase.

5.8 Plan de recuperación para alumnos que promocionan con el área suspensa.

Aquellos alumnos que pasen a 2º de Bachillerato teniendo la Educación Física pendiente tendrán que elaborar en cada Evaluación un trabajo bajo las directrices entregadas por el profesor, y realizar las pruebas prácticas relacionadas con lo impartido así como una prueba de tipo teórico que recoja aspectos de tipo conceptual impartidos en clase.

El valor porcentual en cada caso será de un 50 % para cada apartado: pruebas prácticas y pruebas conceptuales.

5.9 Repetición de pruebas.

La repetición de pruebas de evaluación y finales, así como la entrega de trabajos fuera de plazo, únicamente se llevarán a cabo ante causas debidamente justificadas (enfermedad del alumno/a o causa de fuerza mayor).

Para la repetición de un examen es prescriptivo que el alumno presente al profesor de la materia un justificante oficial el día de su incorporación al centro. La prueba repetida será análoga a la ya realizada y se desarrollará durante la clase siguiente al día de la entrega del justificante.

En el caso de que la prueba sea final o coincida con el final de un trimestre la repetición estará supeditada a la disponibilidad de días para su realización, debiendo mediar, al menos, dos días hábiles entre la fecha de la repetición y la fecha de la sesión de evaluación de la materia correspondiente.

Las faltas injustificadas de alguna prueba serán calificadas con la mínima puntuación, no teniendo el profesor obligación de realizarlas de nuevo.

5.10 Revisiones y reclamaciones.

El profesor revisará con el grupo y/o individualmente las pruebas en las semanas posteriores a su celebración, informará de las calificaciones obtenidas, explicará las respuestas correctas y propondrá actividades de recuperación.

Los alumnos podrán solicitar por escrito la revisión de la calificación FINAL, en el plazo de tres días hábiles a partir de su comunicación. La solicitud será tramitada conforme a las NCOF del centro.

6. ORIENTACIONES METODOLÓGICAS, DIDÁCTICAS Y ORGANIZATIVAS. Materiales y Recursos

6.1 Orientaciones / Principios metodológicos.

“No pretendemos entrenar al alumno con tan solo 2h semanales de EF, sino otorgar las herramientas necesarias y despertar su interés para la práctica de AF en su tiempo libre”.

El papel de la Educación Física será contribuir a:

- Mejorar la salud y calidad de vida, mediante la adecuada utilización de su tiempo libre.
- Prepararle para la resolución de problemas psicomotrices de su vida cotidiana
- Formarle, para ejercer su papel como ciudadano democrático en la sociedad actual.

Partiendo de las premisas anteriores, desde el Departamento establecemos una serie de **PRINCIPIOS METODOLÓGICOS** en 1º bachillerato:

- Verificar el nivel de partida de los alumnos/as mediante una evaluación inicial.
- Dotar de significado, aplicación y relación su aprendizaje. (Aprendizaje significativo).
- Asegurar la funcionalidad de los aprendizajes adquiridos en la resolución de problemas psico-motores de la vida cotidiana.
- Integrar los conocimientos teóricos con los prácticos.
- Participación activa y consciente del alumno/a en el proceso. (Meta cognición).
- Implicar al alumno/a en las tareas, favoreciendo la toma de decisiones y el desarrollo de mecanismos de feedback interno (autoevaluación): antes, durante y después.
- Transmitir continuamente un feedback externo personalizado a cerca de la evolución.
- Generar aprendizajes mediante la utilización de diferentes estilos de enseñanza.
- Fomentar el uso del trabajo en equipo y la coevaluación como refuerzo social.
- Aceptar los diferentes ritmos y capacidades de aprendizaje en el aula.
- Valorar el proceso, esfuerzo y compromiso por encima del resultado.
- Otorgarle un carácter lúdico, globalizador e integrador, evitando ser selectivo.
- Favorecer la autonomía personal y la interiorización de valores democráticos.
- Los espacios y recursos materiales serán lo más variados posibles y garantizarán una utilización equitativa por parte de los alumnos/as

6.2 Orientaciones Didácticas. Materiales Curriculares y Recursos Didácticos.

Desde el departamento de EF, a nivel general, realizamos la siguiente clasificación:

| INSTALACIONES y EQUIPAMIENTO para la EF | | |
|---|-------------------------------------|--|
| Las instalaciones deportivas de referencia son las que nos ofrece el convenio de colaboración entre la Escuela de Arte y el IES Fernando Zóbel. | | |
| IES | Pabellones polideportivos cubiertos | |
| | Pistas polideportivas | |
| | Otros | Aula convencional, Aula Althia, biblioteca y patio |
| Otras | Municipales | Piscina, pabellones, gimnasio, pista de atletismo, teatro... |
| | Otros centros | Instalaciones deportivas universitarias, gimnasio privado... |
| | Exteriores | Entorno urbano y parajes naturales de alrededor. |

| RECURSOS MATERIALES | |
|--|---|
| Didácticos del conocimiento: son aquellos dirigidos a favorecer el desarrollo del ámbito cognitivo del alumno. | |
| Impresos | Son todos los documentos facilitados a lo largo del curso, en formato papel. |
| | -Material fotocopiado: planillas de relleno, tareas para casa, apuntes de profundización, mapas y planos, elaborados por el profesor y seleccionado de diversos libros de texto, páginas de internet, artículos de periódicos o revistas... |
| Tecnológicos Multimedia | Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación a la EF. |
| | -Programas informáticos interactivos como el Delphos Papás y Edusport. -App del móvil, con fines educativos. (Endomondo) -Dropbox, como nube para subir y descargar información entre los alumnos. -Aparatos de registro y/o reproducción de imágenes: cámara fotográfica, fotocopidora, -Reproducción de imágenes y sonido: equipos de vídeo (magnetoscopio, televisor/monitor, cámara de vídeo, auxiliares). -Medios de comunicación de masas: televisión, internet. -Software y hardware (dispositivos de entrada, de almacenamiento y de salida). |
| Didácticos motrices: Son todos aquellos empleados para el desarrollo de la motricidad del alumno, y que a su vez permitirán favorecer la mejora indirecta del ámbito afectivo-social de los mismos. Algunos de éstos son: | |

| | |
|--------------|--|
| Convencional | Colchonetas y quitamiedos; balones de baloncesto, fútbol-sala, balonmano, voleibol y rugby; bombas manuales; balones de goma-espuma; raquetas de bádmiton y volantes; bates de béisbol; aros, conos, chinos y picas; cuerdas y combas; bancos suecos; cintas métricas y cronómetros; balones medicinales; sticks y pelotas de hockey; brújulas; bancos suecos, plinto, redes de voleibol y bádmiton, cascos, arneses, poleas y gri-gris... |
| Otros | Alternativo: Indiacas, paracaídas, fresbee , fitball ,miniporterías y minicanastas... |
| | Reciclado: Botellas, palos, latas, globos, cámaras de aire, papel... |
| | Cotidiano: Sábanas, almohadas, escaleras, bancos, ropa... |

6.3 Orientaciones Organizativas.

a) Espacios.

La organización de la clase debe permitir el máximo tiempo de compromiso motor. La existencia de una gran diversidad de contenidos que integran la materia de Educación Física, así como el medio en el que se ubica el centro educativo, obligan y permiten conjuntamente la utilización de diferentes espacios en los que llevar a cabo la labor educativa. De esta forma, y en función de la naturaleza del contenido educativo, utilizaremos los diferentes espacios que se mencionan a continuación: Pabellón polideportivo; Pistas polideportivas exteriores; Aula común; Aula Althia; Biblioteca; Espacios exteriores o anexos al I.E.S.

b) Agrupamientos

Plantear actividades que favorezcan distintas formas de agrupamientos (parejas, pequeños grupos y colectivo) fomentando la integración de todos los alumnos/as.

- Grupo - clase:** ante la realización de juegos, visualización de vídeos o películas, exposiciones, comunicación de información, viajes o salidas.
- Grupo coloquial** (mitad de la clase): en juegos deportivos, en actividades de desinhibición.
- Pequeño grupo (de 4 a 6 alumnos):** en las actividades por equipos de trabajo.
- Parejas:** en los bailes o en la enseñanza recíproca y uso de hojas de observación sistemática.
- Trabajo individual:** en el desarrollo de la condición física personal y en la elaboración del diario de clase, trabajos o pruebas conceptuales.

c) Tiempos

Según el desarrollo curricular, la materia de Educación Física posee una asignación temporal de dos horas lectivas. Para este curso, la materia concentrará sus dos sesiones semanales en una clase única de 1 hora y 50 minutos.

En el **MODELO DE SESIÓN** diferenciamos las siguientes partes:

1. **Explicación inicial**, pasar lista, objetivos y actividades de la sesión. (5')
2. **Calentamiento**, activación del organismo mediante ejercicios preparatorios. (10')
3. **Parte principal**, en la que se desarrollan los contenidos de forma progresiva.(50')
4. **Vuelta a la calma**. Recuperación de constantes vitales y síntesis de la sesión. (5')
5. **Aseo y evaluación**, de la sesión por parte del profesor (proceso). (5")
6. **Transporte**, a la instalación o desde ella. (35').

Lamentablemente el transporte a la instalación donde realizamos clase (aproximadamente 35 minutos), nos resta una importante cantidad de tiempo.

En cuanto a la organización temporal de **UNIDADES DIDÁCTICAS (UDD)**:

1. **Evaluación inicial.** Conocimiento del punto de partida y diagnóstico de problemas.
2. **Desarrollo de los contenidos.** De manera progresiva atendiendo los objetivos.
3. **Síntesis y consolidación** de los nuevos conocimientos y resolución de dudas.
4. **Evaluación de la unidad y del proceso.** ¿Se cumplen los objetivos?

7. PLAN DE ACTIVIDADES INTERDISCIPLINARES Y COMPLEMENTARIAS .

Durante el curso 2017/2018, se propone inicialmente la realización de las siguientes actividades:

a) *Actividades extracurriculares*

| Nombre | Semana de la Nieve (4-5 días) |
|-----------------|---|
| Objetivos | -Realizar actividades físico-deportivas en un medio natural diferente como es la nieve, creando en los alumnos unos hábitos saludables. -Respetar al máximo aquellos aspectos referidos al conocimiento y conservación del medio, higiene ambiental, cooperación, trabajo en equipo y otros valores sociales de la actividad física. |
| Contenidos | Viaje a Andorra + Curso de esquí o snowboard |
| Temporalización | 1er Trimestre |
| Recursos | A determinar |

| Nombre | Vamos al Circo del Sol, Madrid |
|-----------------|---|
| Objetivos | -Conocer el mundo del circo como fenómeno de expresión corporal y cultural -Conocer la creatividad e innovación artística de las artes circenses |
| Contenidos | Asistir a un espectáculo circense. |
| Temporalización | 2º evaluación |
| Recursos | A determinar |

| Nombre | Excursión MULTIAVENTURA |
|-----------------|---|
| Objetivos | -Conocer el entorno natural que nos rodea y disfrutar del contacto con la naturaleza. -Realizar actividades multiaventura en la Naturaleza: piragüismo, escalada, espeleología, senderismo, barrasquismo. -Identificar las normas de seguridad en la realización de estas actividades y las normas de respeto del medio ambiente. |
| Contenidos | Actividad en el medio natural + actividades multiaventura. |
| Temporalización | 3º Trimestre |
| Recursos | A determinar |

b) Actividades complementarias

| Nombre | Olimpiadas populares |
|-----------------|---|
| Objetivos | -Promover e impulsar la práctica de la actividad física para que el alumno adquiriera hábitos saludables. -Conocer y practicar los diferentes juegos tradicionales que realizaban nuestros antepasados. -Conocer y convivir con el profesorado y resto de alumnos del centro participantes en la actividad. |
| Contenidos | Jornadas de integración y Campeonato de Juegos Populares |
| Temporalización | 1º Trimestre |
| Recursos | Material cedido por la Diputación. |

| Nombre | Salidas de senderismo |
|-----------------|--|
| Objetivos | -Utilizar el entorno para desarrollar los contenidos de la Educación Física en 1º de Bachillerato. |
| Contenidos | Senderismo por una de las sendas elegidas por el profesor. |
| Temporalización | 1º y 3º Trimestre |
| Recursos | |

| Nombre | Salida a la piscina municipal |
|-----------------|--|
| Objetivos | -Utilizar el entorno para desarrollar los contenidos de la Educación Física en 1º de Bachillerato. |
| Contenidos | Sesión de natación y aquagym |
| Temporalización | 1º Trimestre |
| Recursos | Material de baño y convenio de colaboración con las instalaciones municipales |

| Nombre | Visita a las instalaciones deportivas municipales |
|-----------------|--|
| Objetivos | -Utilizar el entorno para desarrollar los contenidos de la Educación Física en 1º de Bachillerato. |
| Contenidos | Utilizar las instalaciones deportivas municipales para realizar deportes colectivos |
| Temporalización | 2º Trimestre |
| Recursos | Convenio de colaboración con las instalaciones municipales |

| Nombre | Orientación en el medio urbano y natural |
|-----------------|---|
| Objetivos | -Utilizar el entorno para desarrollar los contenidos de la Educación Física en 1º de Bachillerato. |
| Contenidos | Carrera de orientación por el casco antiguo y por el entorno natural cercano a las instalaciones donde damos clase. |
| Temporalización | A determinar (3º Trimestre) |
| Recursos | - |

| Actividad | Festival de ritmo y expresión (1 día) |
|------------------|---|
| Objetivos | -Promover e impulsar la práctica de la actividad física para que el alumno adquiriera hábitos saludables. -Impulsar las actividades de ritmo y expresión (acrosport, baile, elementos circenses y representaciones) como una alternativa activa para la ocupación de su tiempo libre y de ocio |
| Contenidos | Participación en un festival interinstitutos |
| Temporalización | 3º Trimestre |
| Recursos | A determinar |

| Nombre | Escalada en entorno natural |
|-----------------|--|
| Objetivos | -Utilizar el entorno para desarrollar los contenidos de la Educación Física en 1º de Bachillerato. |
| Contenidos | Realizar una jornada de aprendizaje y perfeccionamiento de la escalada |
| Temporalización | 3º Trimestre |
| Recursos | Material técnico de escalada, grigri, cuerda, cintas, arneses y casco |

| Nombre | Raid aventura |
|-----------------|--|
| Objetivos | -Utilizar el entorno para desarrollar los contenidos de la Educación Física en 1º de Bachillerato. |
| Contenidos | Realizar en equipos una carrera de aventura que incluya orientación y habilidades motrices específicas en la naturaleza. |
| Temporalización | 3º Trimestre |
| Recursos | Material deportivo necesario para su práctica |