

IES JUAN DE MAIRENA

**PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
BACHILLERATO**

CURSO 2020-2021



EUSEBIO CASTAÑO CORRAL

VÍCTOR MANUEL DÍAZ BERNIER

**PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
BACHILLERATO
CURSO 2020-2021**

ÍNDICE

| | |
|--------------------|--|
| Págs. 3-4 | 1. Componentes. |
| Págs. 5 | 2. Marco Legal |
| Págs. 6 | 3. Introducción |
| Págs. 7-15 | 4. Justificación |
| | 4.1 Relación con el currículo |
| | 4.2 Relación con el Proyecto de Centro. |
| Págs. 16-30 | 5. Contenidos |
| | 5.1. Actividades de Enseñanza-Aprendizaje |
| Págs. 31-34 | 6. Temporalización BACHILLERATO |
| Págs. 35-37 | 7. Relación de los objetivos de área con los contenidos, criterios de evaluación, y estándares, para BACHILLERATO |
| Págs. 38 | 8. Atención a la diversidad |
| Págs. 39 | 9. Ejes transversales |
| Págs. 39-40 | 10. Metodología |
| | 10.1 Fundamentos didácticos |
| Págs. 41-44 | 11. Normativa de la asignatura |
| | 11.1 El equipamiento personal para las clases prácticas |
| | 11.2 Normas para el desarrollo de la clase |
| | 11.3 Los materiales |
| | 11.4 Asistencia y puntualidad |
| Págs. 45-46 | 12. Actividades Extraescolares y complementarias |
| Págs. 47-53 | 13. Evaluación |
| | 13.1 Modelos de la Evaluación a utilizar |
| | 13.2 Criterios y sistema de calificación |
| | 13.3 Procedimientos e instrumentos de evaluación |
| | 13.4 Criterios y sistemas de calificación (tablas porcentajes) para BACHILLERATO |
| Págs. 54-55 | 14. Autoevaluación |

IES JUAN DE MAIRENA

**PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
BACHILLERATO**

CURSO 2020-2021

1. COMPONENTES.

EUSEBIO CASTAÑO

| | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|---------------|-----------------|-----------|-----------------|--------------------|--------------------|
| 1 | 2º bach A, B, E | | Guardia | 2º TSEASD Pádel | |
| 2 | 1º bach D | | Guardia | 2º TSEASD Pádel | |
| 3 | 1º Bach E | | 1º Bach A | | 2º TSEASD Tenis |
| RECREO | | | | | |
| 4 | | | 1º Bach B | Guardia | 2º TSEASD Tenis |
| 5 | | Guardia | 2º Bach A, B, E | 1º Bach C | 1º Bach B |
| 6 | | 1º Bach C | 1º Bach D | 1º Bach E | 1º Bach A |

VÍCTOR MANUEL DÍAZ BERNIER + 16 HORAS CICLO

| | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|---------------|-------------------------|---------------------------|------------------------|---------------------------|--------------------------|
| 1 | EF 2º BACH C/D | | INCLUSIÓN 2º TSEASD | | NATACIÓN 1º TSEASD B |
| 2 | INCLUSIÓN 2º TSEASD | | INCLUSIÓN 2º TSEASD | | INCLUSIÓN 2º TSEASD B |
| 3 | GUARDIA | | FÚTBOL 1º TSEASD B | | VOLEIBOL 1º TSEASD B |
| RECREO | | | | | |
| 4 | GUARDIA | | FÚTBOL 1º TSEASD B | | VOLEIBOL 1º TSEASD B |
| 5 | NATACIÓN 1º TSEAD B | NATACIÓN 1º TSEAD B | EF 2º BACH C/D | NATACIÓN 1º TSEAD B | FÚTBOL 1º TSEASD A |
| 6 | NATACIÓN 1º TSEASD B | NATACIÓN 1º TSEASD B | GUARDIA | NATACIÓN 1º TSEASD B | FÚTBOL 1º TSEASD A |

**PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
BACHILLERATO
CURSO 2020-2021**

2. MARCO LEGAL

- Real Decreto 1105/2014, de 26 de Diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.
- La ley Orgánica 8/2013, de 9 de Diciembre, para la mejora de la calidad educativa, modificó el artículo 6 de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de Mayo, de educación, para definir el currículo como la regulación de los elementos que determinan los procesos de enseñanza y aprendizaje para cada una de las enseñanzas.
- Real Decreto 1467/2007, de 2 de noviembre, por el que se establece la estructura del Bachillerato y se fijan sus enseñanzas mínimas, a excepción de la disposición adicional primera que se mantendrá en vigor en todo aquello que resulte aplicable de acuerdo con la
- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, en su redacción dada por la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre.
- Orden de 14 de julio de 2016, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado.

3. INTRODUCCIÓN

En el presente curso, este Departamento Didáctico se propone demostrar que: “La Educación Física es algo más que movimiento, es “... educar a través del cuerpo, sirviéndose de él y de sus posibilidades de movimiento para lograr objetivos educativos de carácter más amplio”.

Así pues, “la **conducta motriz** se asocia a la comprensión corporal. La **educación a través del cuerpo** y el movimiento no se reduce exclusivamente a aspectos perceptivos y motrices, sino que implica otros de carácter expresivo, comunicativo, afectivo y cognitivo”. De esta forma, intentaremos contribuir a la formación integral del alumnado, como objetivo general de la educación, colaborando en su preparación para la vida como personas, en sus aspectos conceptuales, procedimentales y actitudinales”.

En definitiva, se trata de educar a ciudadanos de forma responsable con su propio cuerpo y exigentes consigo mismos”.

Este Departamento Didáctico entiende la diversidad de funciones que el movimiento tiene y ha tenido históricamente, tanto en el currículum de esta área como en el seno de la sociedad. Hay que destacar como las más importantes las funciones de conocimiento, de organización de las percepciones, la anatómico-funcional, estética-comunicativa, de relación, agonística, higiénica, hedonista, de compensación y catártica.

La educación física ha de reconocer esa multiplicidad de funciones, contribuyendo a través de ellas a la consecución de los objetivos de la etapa, por lo que debe recoger todo un conjunto de prácticas destinadas al desarrollo de aptitudes y capacidades psicomotrices, más que aspectos sectoriales de las mismas.”



**PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
BACHILLERATO
CURSO 2020-2021**

Mediante los contenidos y metodología expuestos en la presente programación, **se pretende** que el proceso activo enseñanza-aprendizaje de la Educación Física oriente "... al desarrollo de las **capacidades y habilidades instrumentales** que perfeccionan y aumentan las posibilidades de movimiento con la intención de profundizar en el conocimiento de la conducta motriz como organización significativa del comportamiento humano, y. asumir **actitudes, valores y normas** relacionados con el cuerpo y la conducta motriz".

Se intenta que a través de dichas capacidades y habilidades instrumentales, los alumnos y alumnas... adquieran una **comprensión significativa** de su cuerpo y de sus posibilidades, a fin de conocer y dominar actuaciones diversas que les permitan su **desenvolvimiento de forma normalizada en el medio**, mejorar sus condiciones de vida, disfrutar del ocio y establecer ricas y fluidas interrelaciones con los demás..., que adquieran hábitos saludables que posibiliten sentirse satisfechos con su propia identidad corporal... Se debe resaltar la importancia educativa del conocimiento corporal vivenciado y de sus posibilidades **lúdicas, expresivas y comunicativas**; así como la importancia de la **aceptación del propio cuerpo y de utilizarlo eficazmente**.

Se intenta que a través de dichas capacidades y habilidades instrumentales, los alumnos y alumnas... adquieran una **comprensión significativa** de su cuerpo y de sus posibilidades, a fin de conocer y dominar actuaciones diversas que les permitan su **desenvolvimiento de forma normalizada en el medio**, mejorar sus condiciones de vida, disfrutar del ocio y establecer ricas y fluidas interrelaciones con los demás..., que adquieran hábitos saludables que posibiliten sentirse satisfechos con su propia identidad corporal...

4. JUSTIFICACIÓN

La materia de Educación física en la Educación Secundaria Obligatoria debe contribuir no sólo a desarrollar las **capacidades instrumentales** y a generar hábitos de práctica continuada de la actividad física, sino que, además, debe vincularla a una escala de valores, actitudes y normas, y al **conocimiento de los efectos** que tiene sobre el desarrollo personal, contribuyendo de esta forma al logro de los objetivos generales de la etapa.

La programación responde a un análisis exhaustivo del entorno, del centro y del alumnado, haciendo indispensable una programación que se centre en **aspectos preventivos** y en la mejora de la **convivencia** a través de la E. Física.

PROYECTO DE CENTRO- CURRÍCULO
MEJORA DE LA CONVIVENCIA

RD 1631/2006 Y 231/2007
D 19/2007

OBJETIVOS

**MEJORAR LA CONVIVENCIA Y PROBLEMAS CON EL ALUMNADO
(TRATAMIENTO ESPECÍFICO)**



**PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
BACHILLERATO
CURSO 2020-2021**

4.1 -RELACIÓN CON EL CURRÍCULO.

Siguiendo el Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre y el Decreto 110/2016 de 14 de Julio, hemos priorizado los Objetivos Generales de Etapa de esta manera: El Bachillerato contribuirá a desarrollar en los alumnos y las alumnas las capacidades que les permitan:

- a)** Ejercer la ciudadanía democrática, desde una perspectiva global, y adquirir una conciencia cívica responsable, inspirada por los valores de la Constitución española así como por los derechos humanos, que fomente la corresponsabilidad en la construcción de una sociedad justa y equitativa.
- b)** Consolidar una madurez personal y social que les permita actuar de forma responsable y autónoma y desarrollar su espíritu crítico. Prever y resolver pacíficamente los conflictos personales, familiares y sociales.
- c)** Fomentar la igualdad efectiva de derechos y oportunidades entre hombres y mujeres, analizar y valorar críticamente las desigualdades y discriminaciones existentes, y en particular la violencia contra la mujer e impulsar la igualdad real y la no discriminación de las personas por cualquier condición o circunstancia personal o social, con atención especial a las personas con discapacidad.
- d)** Afianzar los hábitos de lectura, estudio y disciplina, como condiciones necesarias para el eficaz aprovechamiento del aprendizaje, y como medio de desarrollo personal.
- e)** Dominar, tanto en su expresión oral como escrita, la lengua castellana y, en su caso, la lengua cooficial de su Comunidad Autónoma.
- f)** Expresarse con fluidez y corrección en una o más lenguas extranjeras.
- g)** Utilizar con solvencia y responsabilidad las tecnologías de la información y la comunicación.
- h)** Conocer y valorar críticamente las realidades del mundo contemporáneo, sus antecedentes históricos y los principales factores de su evolución. Participar de forma solidaria en el desarrollo y mejora de su entorno social.
- i)** Acceder a los conocimientos científicos y tecnológicos fundamentales y dominar las habilidades básicas propias de la modalidad elegida.
- j)** Comprender los elementos y procedimientos fundamentales de la investigación y de los métodos científicos. Conocer y valorar de forma crítica la contribución de la ciencia y la tecnología en el cambio de las condiciones de vida, así como afianzar la sensibilidad y el respeto hacia el medio ambiente.
- k)** Afianzar el espíritu emprendedor con actitudes de creatividad, flexibilidad, iniciativa, trabajo en equipo, confianza en uno mismo y sentido crítico.
- l)** Desarrollar la sensibilidad artística y literaria, así como el criterio estético, como fuentes de formación y enriquecimiento cultural.
- m)** Utilizar la educación física y el deporte para favorecer el desarrollo personal y social.
- n)** Afianzar actitudes de respeto y prevención en el ámbito de la seguridad vial.

**PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
BACHILLERATO
CURSO 2020-2021**

Objetivos de área, para 1º BACHILLERATO:

La línea de actuación de la Educación Física se establece en torno a dos ejes:

a) Mejora de la salud a través de la actividad física.

b) Perfeccionamiento de las habilidades motrices para el disfrute activo del tiempo de ocio.

1. Valorar la actividad física como medio fundamental para una vida saludable y de calidad y como recurso para ocupar el tiempo libre y de ocio, siendo el medio ideal para la autosuperación y la integración social, adoptando actitudes de interés, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de actividades físicas.
2. Planificar, elaborar y poner en práctica de forma autónoma y sistemática un programa personal de actividad física para la mejora de la condición física y motora, y las habilidades motrices desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo, considerando el propio nivel y orientado hacia sus motivaciones y posteriores estudios u ocupaciones.
3. Perfeccionar, aplicar y resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, dando prioridad a la toma de decisiones.
4. Planificar, interpretar y valorar composiciones corporales individuales y colectivas potenciando la originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición reconociendo estas actividades como formas de creación, expresión y realización personal integrándolas a prácticas de ocio activo.
5. Buscar y utilizar soluciones creativas a situaciones de oposición y colaboración con y sin oponentes en contextos deportivos o recreativos, adaptándose a las condiciones cambiantes que se producen durante la práctica.
6. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la utilización de equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de diferentes tipos de actividades físicodeportivas, actuando de forma responsable, tanto individual como colectivamente, en el desarrollo de las mismas.
7. Utilizar de forma autónoma hábitos saludables de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.
8. Planificar y realizar actividades físicas en entornos naturales y urbanos de Andalucía, valorando su riqueza y la necesidad de su cuidado y conservación.
9. Respetar las reglas sociales y facilitar la integración de otras personas mostrando un comportamiento personal y responsable hacia sí mismo, las otras personas y el entorno en el marco de la actividad física, adoptando una actitud crítica ante las prácticas sociales que tienen efectos negativos sobre la salud individual y colectiva.
10. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación, participando en entornos colaborativos de aprendizaje y aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de las fuentes de información, citando y respetando correctamente la autoría de las informaciones y archivos compartidos.

Objetivos de materia de 2º de BACHILLERATO:

**PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
BACHILLERATO
CURSO 2020-2021**

Esta área, dado su particularidad al ser optativa en este nivel y al no ser parte integradora de la nota de Selectividad, ha de contribuir de manera particular a que los alumnos y alumnas tengan una singular afinidad por las siguientes capacidades:

1. Conocer los medios, métodos y técnicas de la actividad física y utilizarlos para mejorar los rendimientos personales, teniendo en cuenta las propias características biológicas y psicológicas, y respetando las de las otras personas.
2. Conocer instrumentos y procedimientos científicos de observación, búsqueda y análisis. de datos, medida y control, relacionados con la actividad física para mejorar la salud, el bienestar y el equilibrio con el medio.
3. Conocer y valorar las repercusiones que la actividad física, como un tipo específico de actividad humana, tiene en el medio ambiente, utilizando dicho conocimiento para lograr una mayor calidad de Vida en un medio sano.
4. Desarrollar hábitos de participación en actividades físicas, de ocio, expresión corporal y deportes de forma individual o colectiva, valorando las actitudes de empatía y solidaridad.
5. Ofrecerles un conocimiento suficiente, para que sean capaces de decidir, sobre la Titulación de Ciencias de la Actividad Física y deportiva, Magisterio en la especialidad de Educación Física y sobre el Ciclo Superior de Animador/a de Actividades Físico deportivas (TSAAFD) que se imparte en el Centro.

4.2. Relación con el proyecto de Centro:

Desde el Proyecto de Centro se ha priorizado y concretado las grandes Finalidades Educativas y los Objetivos Generales de la Etapa según el contexto socioeducativo en el que se encuentra ubicado el centro. Haremos referencia a la estrecha relación vertical que se establece entre las grandes Finalidades educativas, los Objetivos de Etapa y los Objetivos del Área de Educación Física

En nuestro caso, las **Finalidades Educativas** priorizadas por el centro en su Proyecto de Centro son:

- Procurar el desarrollo integral del alumno mediante una enseñanza de calidad que atienda a la diversidad, fomente la autoestima y confianza en sí mismo, creando actitudes y hábitos de trabajo, y sea, al mismo tiempo, atractiva para todos.
- Favorecer, fomentar y desarrollar en los alumnos unas formas de comunicación, en las que primen los buenos modos y el respeto a todos los miembros de la Comunidad Educativa al propio edificio, materiales y a su entorno.

De la misma manera se contribuirá a las **Competencias claves**. Se entiende por competencias clave de la educación secundaria obligatoria el conjunto de destrezas, conocimientos

**PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
BACHILLERATO
CURSO 2020-2021**

y actitudes adecuadas al contexto que todo el alumnado que cursa esta etapa educativa debe alcanzar para su realización y desarrollo personal, así como para la ciudadanía activa, la integración social y el empleo.

El currículo de la educación secundaria obligatoria deberá incluir, de acuerdo con lo recogido en la Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación primaria, la educación secundaria obligatoria y el bachillerato. El objeto de esta orden es describir las relaciones entre las competencias y los contenidos y criterios de evaluación de la Educación Primaria, la Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato, de acuerdo con lo indicado por la disposición adicional trigésima quinta de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.

A efectos de esta orden, las competencias clave del currículo son las siguientes:

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

A) **Competencia en comunicación lingüística**, referida a la utilización del lenguaje como instrumento de comunicación oral y escrita, tanto en lengua española como en lengua extranjera.

En el presente curso escolar el IES Juan de Mairena va a trabajar por segundo año consecutivo en la comprensión lectora y escritora. Se trata de un instrumento básico de aprendizaje, influyendo en la mejora del rendimiento académico, primer objetivo éste del Proyecto educativo.

Este proyecto lector-escritor, forma parte ,pues, del PAC y, como se especifica claramente en el mismo, todos los departamentos se comprometerán a incluir en sus programaciones “cómo se efectuará esa lectura y qué tipo de instrumentos se utilizarán para saber si resulta comprensiva y sobre qué textos se realizará”.

Estas actividades que mejoren la comprensión lectora se van a desarrollar en el departamento de EF a través de textos relacionados con los distintos bloques de contenidos que se contemplan en el currículum de los diferentes niveles.

Así pues, se trabajará en clase un texto por trimestre. Ejemplos de textos que se proponen:

- Nutrición y ejercicio físico.
- La sociedad actual y el deporte de masa.
- La influencia de las marcas deportivas en el comportamiento juvenil.
- Deportistas y deportes minoritarios.
- La disfuncionalidad y el deporte.
- Los juegos populares y tradicionales en la actualidad.
- El ejercicio físico en el medio natural...
- La música y la danza de nuestro entorno: El flamenco como Patrimonio inmaterial de la humanidad.

**PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
BACHILLERATO
CURSO 2020-2021**

En muchos casos trabajaremos con textos periodísticos adaptándolos al nivel del alumnado. Se realizará el trabajo llevando a cabo las siguientes actividades:

1. Identificación de la información relevante.
2. Búsqueda de ideas específicas.
3. Deducir la conclusión de una serie de argumentos.
4. Discernir el mensaje o tema global del texto.
5. Comparar y contrastar información.
6. Relacionar el contenido del texto con la experiencia e ideas propias.

B) Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología,

- Competencia matemática: Entendida como la habilidad para utilizar números y operaciones básicas, los símbolos y las formas de expresión del razonamiento matemático para producir e interpretar informaciones y para resolver problemas relacionados con la vida diaria y el mundo laboral.

- Competencias básicas en ciencia y tecnología: que recogerá la habilidad para la comprensión de los sucesos, la predicción de las consecuencias y la actividad sobre el estado de salud de las personas y la sostenibilidad medioambiental.

C) Competencia digital y tratamiento de la información, entendida como la habilidad para buscar, obtener, procesar y comunicar la información y transformarla en conocimiento, incluyendo la utilización de las tecnologías de la información y la comunicación como un elemento esencial para informarse y comunicarse.

D) Aprender a aprender, referida al aprendizaje permanente que se produce a lo largo de la vida y que tiene lugar en distintos contextos formales e informales.

E) Competencias sociales y cívicas, entendidas como aquella que permite vivir en sociedad, comprender la realidad social del mundo en que se vive y ejercer la ciudadanía democrática.

- La competencia social se relaciona con el bienestar personal y colectivo. Exige entender el modo en que las personas pueden procurarse un estado de salud física y mental óptimo, tanto para ellas mismas como para sus familias y para su entorno social próximo, y saber cómo un estilo de vida saludable puede contribuir a ello.

- La competencia cívica se basa en el conocimiento crítico de los conceptos de democracia, justicia, igualdad, ciudadanía y derechos humanos y civiles.

Las actitudes y valores inherentes a esta competencia son aquellos que se dirigen al pleno respeto de los derechos humanos y a la voluntad de participar en la toma de decisiones democráticas a todos los niveles, sea cual sea el sistema de valores adoptado. También incluye manifestar el sentido de la responsabilidad y mostrar comprensión y respeto de los valores compartidos que son necesarios para

**PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
BACHILLERATO
CURSO 2020-2021**

garantizar la cohesión de la comunidad, basándose en el respeto de los principios democráticos. La participación constructiva incluye también las actividades cívicas y el apoyo a la diversidad y la cohesión sociales y al desarrollo sostenible, así como la voluntad de respetar los valores y la intimidad de los demás y la recepción reflexiva y crítica de la información procedente de los medios de comunicación.

F) **Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor**, que implica la capacidad de transformar las ideas en actos. Ello significa adquirir conciencia de la situación a intervenir o resolver, y saber elegir, planificar y gestionar los conocimientos, destrezas o habilidades y actitudes necesarios con criterio propio, con el fin de alcanzar el objetivo previsto.

g) **Conciencia y expresiones culturales**, La competencia en conciencia y expresión cultural implica conocer, comprender, apreciar y valorar con espíritu crítico, con una actitud abierta y respetuosa, las diferentes manifestaciones culturales y artísticas, utilizarlas como fuente de enriquecimiento y disfrute personal y considerarlas como parte de la riqueza y patrimonio de los pueblos.

5. CONTENIDOS

Según la orden 14 de julio de 2016 los contenidos se organizarán alrededor de cuatro grandes bloques: **bloque 1**, Condición física y salud, **bloque 2**, Juegos y deportes, **bloque 3**, Expresión corporal y **bloque 4**, Actividades físicas en el medio natural. Teniendo que ser estos adecuados a la realidad específica del centro y del aula por el profesor, quedando abierta, por tanto, la posibilidad de realizar diversos tipos de organización, secuenciación y concreción de los contenidos.

Contenidos 1º Bachillerato:

1º Bachillerato – Condición Física y Salud

- Tipos y objetivos de la evaluación de la condición física. Valoración y aplicación en la mejora de sus posibilidades.
- Planificación y programación del acondicionamiento físico personal, considerando los principios básicos del entrenamiento y los mecanismos fisiológicos generales de adaptación.
- Indicadores de riesgo en la actividad física.
- Nutrición y actividad física y deportiva: dieta equilibrada, vida sana y aporte energético adecuado a las necesidades de estas edades y para la óptima realización de la práctica deportiva.
- Higiene, prevención de lesiones en el ámbito físicodeportivo y primeros auxilios.- Influencias de los hábitos sociales positivos (descanso, vida activa, alimentación adecuada) y negativos (sedentarismo, dopaje, tabaquismo, alcoholismo y otras drogas) en la condición física y la salud.

**PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
BACHILLERATO
CURSO 2020-2021**

1º Bachillerato – Juegos y Deportes

- Conocimiento de los aspectos técnicos, tácticos y reglamentarios de las actividades deportivas elegidas. Utilización adecuada de los recursos del entorno para la práctica deportiva. - Planificación y programación del entrenamiento deportivo.
- Juegos y deportes convencionales y alternativos. Juegos y deportes característicos de Andalucía. Valoración de estas manifestaciones como patrimonio cultural de nuestra comunidad y como medio para el recreo y el ocio, así como de aquellas de tradición femenina. - Organización de actividades físicas, deportivas y recreativas en el contexto sociocultural del Centro.
- Aspectos socioculturales del juego y del deporte (relaciones sociales, cooperación, agresividad, violencia, sexismo, xenofobia)

1º Bachillerato – Expresión Corporal

- El cuerpo y su lenguaje. Valoración de sus posibilidades expresivas, comunicativas, afectivas y de relación con los demás.
- Desarrollo de las técnicas expresivas como manifestación de su creatividad individual y colectiva.
- Autodominio del cuerpo y control emocional a través de técnicas de relajación.
- Ritmo y lenguaje corporal.

1º Bachillerato – Actividades en el Medio Natural

- Actividades específicas del medio natural (senderismo, orientación, escalada, esquí, actividades náuticas, etc.) - Actividades interdisciplinares y de educación medioambiental.
- Planificación y organización de sus propias actividades en el medio natural.

IES JUAN DE MAIRENA

**PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
BACHILLERATO
CURSO 2020-2021**

Contenidos 2º Bachillerato:

| Unidad Didáctica | Bl. de Contenidos | Sesiones | Evaluación |
|---------------------------------------|--------------------------------|-----------------|-------------------|
| 1. Presentación | | 1 | 1ª |
| 2. Evaluación Inicial. | | 1 | |
| 3. Calentamiento. | Bl.1 Condición Física y Salud. | 5 | |
| 4. Capacidades Físicas Básicas | Bl.1 Condición Física y Salud. | 1 | |
| 5. S.E. de la Resistencia Anaeróbica. | Bl.1 Condición Física y Salud. | 5 | |
| 6. Habilidades Motrices; Comba. | Bl.1 Condición Física y Salud. | 5 | |
| 7. Juegos y Deportes Adaptados. | Bl.2 Juegos y Deportes. | 5 | |
| 8. Examen Teórico. | Bl.1 Condición Física y Salud. | 1 | |

| Unidad Didáctica | Bl. de Contenidos | Sesiones | Evaluación |
|--|--------------------------------|-----------------|-------------------|
| 1. Sistemas de Entrenamiento de la Resistencia Anaeróbica. | Bl.1 Condición Física y Salud. | 5 | 2ª |
| 2. Sistemas de Entrenamiento de la Fuerza | Bl.2 Juegos y Deportes. | 3 | |
| 3. Deportes Colectivos: Voleibol. | Bl.2 Juegos y Deportes. | 5 | |
| 4. Deportes Individuales. Atletismo. | Bl.2 Juegos y Deportes. | 4 | |

IES JUAN DE MAIRENA

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA BACHILLERATO CURSO 2020-2021

| | | | |
|--|-------------------------|---|--|
| 5. Deporte Individual: Gimnasia Artística. | Bl.2 Juegos y Deportes. | 5 | |
| 6. Nutrición y Actividad Física. | Bl.2 Juegos y Deportes. | 1 | |
| 7. Examen Teórico. | | 1 | |

| Unidad Didáctica | Bl. de Contenidos | Sesiones | Evaluación |
|---|---------------------------------------|----------|------------|
| 1. Circuitos. | Bl.1 Condición Física y Salud. | 4 | 2ª |
| 1. Sistemas de Entrenamiento de la Flexibilidad. | Bl.1 Condición Física y Salud. | 3 | |
| 2. Yoga. | Bl.3 Expresión Corporal. | 4 | |
| 3. Gimnasia Acrobática. | Bl.2 Juegos y Deportes. | 5 | |
| 4. Deportes de Adversario: Deportes de Raqueta. | Bl.2 Juegos y Deportes. | 5 | |
| 5. Efectos de la Actividad Física sobre el organismo. | Bl.1 Condición Física y Salud. | 1 | |
| 6. Senderismo. | Bl.4 Actividades en el Medio Natural. | 1 | |
| 7. Examen Teórico. | | 1 | |

5.4. Actividades de Enseñanza-Aprendizaje.

1º BACHILLERATO

Bloque 1. Condición física y salud

- Realización de sesiones de entrenamiento adaptadas a la Condición Física de los alumnos, y a la disponibilidad de instalaciones y material existentes en nuestro centro:
- Realización de sesiones de los distintos Sistemas de entrenamiento para desarrollar la cualidad física de Resistencia Aeróbica y Mixta.

IES JUAN DE MAIRENA

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA BACHILLERATO

CURSO 2020-2021

- Realización de sesiones de los distintos Métodos de entrenamiento para desarrollar la cualidad física de Fuerza.
- Realización de sesiones de los distintos Métodos de entrenamiento para desarrollar la cualidad física de Flexibilidad.
- Realización de sesiones de los distintos Sistemas de entrenamiento para desarrollar la cualidad física de Velocidad (de Reacción y de Desplazamiento).
- Realización de Test o pruebas de las distintas cualidades físicas. Los alumnos llevarán su propio registro de datos
- Realización de Calentamientos Generales y Específicos o Deportivos (de los deportes desarrollados en clase) preparados previamente por escrito y puestos en práctica en clase (en pequeños grupos).
- Realización de un trabajo sobre el Aparato Locomotor y Sistema Cardiorrespiratorio.

Bloque 2. Habilidades Motrices, Juegos y Deportes

- Perfeccionamiento y adquisición de las habilidades específicas, técnico- táctica de alguno/s de los deportes colectivos: Baloncesto, Fútbol Sala, Voleibol,.
- Adquisición de habilidades específicas propias de los juegos y deportes de raquetas.
- Práctica de actividades deportivas en competición entre los alumnos del mismo curso. Competición de voleibol, baloncesto y fútbol.
- Ajuste de respuestas motrices individuales a la estrategia del grupo (la táctica colectiva).
- Realización de trabajos relacionados con el Reglamento de los deportes anteriormente nombrados y sus nociones técnicas fundamentales.

Bloque 3. Expresión corporal

- Creación grupal de representaciones rítmicas de baile y danzas, aprovechando la riqueza creativa de Andalucía y de otras regiones del mundo.
- El juego expresivo y de representación.
- Experimentación de sesiones de trabajo de Condición Física utilizando la música y el ritmo.
- Preparación de una Coreografía en grupo, eligiendo la música...

Bloque 4. Actividades en el Medio Natural

- Jornada de Bautismo acuático (Piragua/Remo) en el Guadalquivir.
- Jornada de orientación en Porzuna.
- Jornada de Socorrismo acuático.

2º BACHILLERATO

Bloque 1. Condición física y salud

- Realización de sesiones de entrenamiento adaptadas a la Condición Física de los alumnos, y a la disponibilidad de instalaciones y material existentes en nuestro centro:
- Realización de sesiones de los distintos Sistemas de entrenamiento para desarrollar la cualidad física de Resistencia Aeróbica y Mixta.
- Realización de sesiones de los distintos Métodos de entrenamiento para desarrollar la cualidad física de Fuerza.

**PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
BACHILLERATO
CURSO 2020-2021**

- Realización de sesiones de los distintos Métodos de entrenamiento para desarrollar la cualidad física de Flexibilidad.
- Realización de sesiones de los distintos Sistemas de entrenamiento para desarrollar la cualidad física de Velocidad (de Reacción y de Desplazamiento).
- Realización de Test o pruebas de las distintas cualidades físicas. Los alumnos llevarán su propio registro de datos
- Realización de Calentamientos Generales y Específicos o Deportivos (de los deportes desarrollados en clase) preparados previamente por escrito y puestos en práctica en clase (en pequeños grupos).
- Realización de un trabajo sobre el Aparato Locomotor y Sistema Cardiorrespiratorio.

Bloque 2. Habilidades Motrices, Juegos y Deportes

- Perfeccionamiento y adquisición de las habilidades específicas, técnico- táctica de alguno/s de los deportes colectivos: Baloncesto, Fútbol Sala, Voleibol,.
- Adquisición de habilidades específicas propias de los juegos y deportes de raquetas.
- Práctica de actividades deportivas en competición entre los alumnos del mismo curso. Competición de voleibol, baloncesto y fútbol.
- Ajuste de respuestas motrices individuales a la estrategia del grupo (la táctica colectiva).
- Realización de trabajos relacionados con el Reglamento de los deportes anteriormente nombrados y sus nociones técnicas fundamentales.

Bloque 3. Expresión corporal

- Creación grupal de representaciones rítmicas de baile y danzas, aprovechando la riqueza creativa de Andalucía y de otras regiones del mundo.
- El juego expresivo y de representación.
- Experimentación de sesiones de trabajo de Condición Física utilizando la música y el ritmo.
- Preparación de una Coreografía en grupo, eligiendo la música...

Bloque 4. Actividades en el Medio Natural

- Jornada de Bautismo acuático (Piragua/Remo) en el Guadalquivir.
- Jornada de orientación en Porzuna.
- Jornada de Socorrismo acuático.

**PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
CURSO 2019-2020**

6. TEMPORALIZACIÓN

A la hora de realizar una **selección de contenidos y su Temporalización** son varios los elementos que la condicionan. Entre ellas cabe destacar:

- Nivel de aprendizaje y motivación de los alumnos/as, lo que nos conducirá a diferentes selecciones de contenidos y métodos de enseñanza.
- Disponibilidad de recursos materiales, lo que nos llevará a la elección de un medio u otro, o de unas actividades en lugar de otras.
- Limitaciones de equipamientos e instalaciones adecuadas, lo que unido a la climatología, provocarán cambios en la Temporalización de la programación
- Los problemas de índole climatológico (lluvias, altas temperaturas, etc...), la existencia de una sola pista polideportiva para dos profesores y el escaso material nos obliga a modificar los contenidos previstos, dada la imposibilidad de impartirlos al carecer de un amplio espacio cubierto y claramente acondicionado, y al coincidir a dos profesores en el escaso espacio disponible. Para solventar este problema, disponemos de una serie de contenidos (determinados contenidos teóricos, técnicas de relajación, etc...) además de la modificación temporal de los mismos.

La flexibilidad necesaria que requieren estos casos, a lo largo del curso sería:



**PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
CURSO 2019-2020**

| | | | | | | | | |
|----------------------------|---|--|--|--|--|---|-----------------------------------|---|
| 1º Bachillerato | Presentación de la asignatura (1 sesión) | Acondicionamiento físico y su evaluación (8 sesiones) | Higiene postural y primeros auxilios (3 sesiones) | Nutrición y actividad Física (3 sesiones) | Acondicionamiento físico y su evaluación (8 sesiones) | Deportes colectivos (6 sesiones) | Acrosport (4 sesiones) | Deportes Alternativos (6 sesiones) |
|----------------------------|---|--|--|--|--|---|-----------------------------------|---|

| | | | |
|--|---|---|--|
| Acondicionamiento físico y su evaluación (8 sesiones) | Actividades en el medio natural (5 sesiones) | Danzas Modernas (6 sesiones) | Iniciación al voleibol arena (5 sesiones) resumen deportes de arena |
|--|---|---|--|

| | | | | | | | | |
|----------------------------|---|--|---------------------------------------|---|---|---|---|---|
| 2º Bachillerato | Presentación de la asignatura (1 sesión) | Evaluación inicial (1 sesión) | Calentamiento (5 sesiones) | Capacidades físicas básicas (1 sesión) | S.E. Resistencia aeróbica (5 sesiones) | Habilidades motrices, comba (5 sesiones) | Juegos y deportes adaptados (5 sesiones) | Examen teórico (Capacidades F.B.) (1 sesión) |
|----------------------------|---|--|---------------------------------------|---|---|---|---|---|

**PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
CURSO 2019-2020**

| | | | | | | |
|---|---------------------------------------|--|---|--|--|----------------------------------|
| S.E. Resistencia anaeróbica (5 sesiones) | S.E. de la Fuerza (3 sesiones) | Deporte colectivo Voleibol (5 sesiones) | Deportes individuales Atletismo (4 sesiones) | Deportes individuales Gimnasia Artística (5 sesiones) | Nutrición y actividad física (1 sesión) | Examen teórico (1 sesión) |
|---|---------------------------------------|--|---|--|--|----------------------------------|

| | | | | | | | |
|-------------------------------|---|--------------------------|---|---|---|------------------------------|----------------------------------|
| Circuitos (4 sesiones) | S.E. de la Flexibilidad (3 sesiones) | Yoga (4 sesiones) | Gimnasia acrobática (5 sesiones) | Deportes de Adversario, Deportes de Raqueta (5 sesiones) | Efectos de la Actividad Física sobre el Organismo (1 sesión) | Senderismo (1 sesión) | Examen teórico (1 sesión) |
|-------------------------------|---|--------------------------|---|---|---|------------------------------|----------------------------------|

IES JUAN DE MAIRENA
PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
CURSO 2019-2020

7. CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y COMPETENCIAS RELACIONADAS.

1. Resolver con éxito situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnico-tácticos desarrollados en la etapa anterior. CMCT, CAA, CSC, SIEP.
2. Crear y representar composiciones corporales individuales y colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición. CCL, CAA, CSC, SIEP, CYEC.
3. Solucionar de forma creativa y exitosa situaciones de oposición, colaboración, o colaboración-oposición, en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica. CMCT, CAA, CSC, SIEP.
4. Mejorar o mantener los factores de la condición física y motriz, y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios y ocupaciones. CMCT, CAA, SIEP.
5. Planificar, elaborar y poner en práctica un programa personal de actividad físico-deportiva que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas y motrices implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas. CMCT, CAA, SIEP.
6. Valorar la actividad físico-deportiva 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, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la actividad físico-deportiva. CMCT, CSC, SIEP.
7. Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los materiales y equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo. CMCT, CAA, CSC.
8. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo, a los otros y entorno en el marco de la actividad físico-deportiva. CSC, SIEP.
9. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación para mejorar su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información y participando en entornos colaborativos con intereses comunes. CCL, CD, CAA.
10. Planificar, organizar y participar en actividades físico-deportivas en la naturaleza, estableciendo un plan de seguridad y emergencias. CMCT, CAA, CSC, SIEP.

7.1. CRITERIOS Y EAE.

IES JUAN DE MAIRENA

**PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
CURSO 2019-2020**

| Criterios de evaluación | Estándares de aprendizaje evaluables |
|---|---|
| 1. Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnicos desarrollados en el ciclo anterior. | 1.1. Perfecciona las habilidades específicas de las actividades individuales que respondan a sus intereses. 1.2. Adapta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas. 1.3. Resuelve con eficacia situaciones motrices en un contexto competitivo. 1.4. Pone en práctica técnicas específicas de las actividades en entornos no estables, analizando los aspectos organizativos necesarios. |
| 2. Crear y representar composiciones corporales colectivas con originalidad y expresividad. | 2.1. Colabora en el proceso de creación y desarrollo de las composiciones o montajes artísticos expresivos. 2.2. Representa composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustándose a una intencionalidad de carácter estética o expresiva. 2.3. Adecua sus acciones motrices al sentido del proyecto artístico expresivo. |
| 3. Solucionar de forma creativa situaciones de oposición, colaboración o colaboración oposición en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica. | 3.1. Desarrolla acciones que le conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario, en las actividades de oposición. 3.2. Colabora con los participantes en las actividades físico-deportivas en las que se produce colaboración o colaboración-oposición y explica la aportación de cada uno. 3.3. Desempeña las funciones que le corresponden, en los procedimientos o sistemas puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo. 3.4. Valora la oportunidad y el riesgo de sus acciones en las actividades físico-deportivas desarrolladas. 3.5. Plantea estrategias ante las situaciones de oposición o de colaboración- oposición, adaptándolas a las características de los participantes. |
| 4. 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. | 4.1. Integra los conocimientos sobre nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y salud. 4.2. Incorpora en su práctica los fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud. 4.3. Utiliza de forma autónoma las técnicas de activación y de recuperación en la actividad física. 4.4. Alcanza sus objetivos de nivel de condición física dentro de los márgenes saludables, asumiendo la responsabilidad de la puesta en práctica de su programa de actividades. |
| 5. 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, te- | 5.1. Aplica los conceptos aprendidos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable a la elaboración de diseños de prácticas en función de sus características e intereses personales. 5.2. Evalúa sus capacidades físicas y coordinativas considerando sus necesidades y motivaciones y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas. 5.3. Concreta las mejoras que pretende alcanzar con su programa de actividad. |

IES JUAN DE MAIRENA

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2019-2020

| | |
|---|--|
| niendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas. | 5.4. Elabora su programa personal de actividad física conjuntando las variables de frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad. 5.5. Comprueba el nivel de logro de los objetivos de su programa de actividad física, reorientando las actividades en los aspectos que no llegan a lo esperado. 5.6. Plantea y pone en práctica iniciativas para fomentar el estilo de vida activo y para cubrir sus expectativas. |
| 6. 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 | 6.1. Diseña, organiza y participa en actividades físicas, como recurso de ocio activo, valorando los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas y sus posibilidades profesionales futuras, e identificando los aspectos organizativos y los materiales necesarios. 6.2. Adopta una actitud crítica ante las prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva y ante los fenómenos socioculturales relacionados con la corporalidad y los derivados de las manifestaciones deportivas. |
| 7. Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo. | 7.1. Prevé los riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. 7.2. Usa los materiales y equipamientos atendiendo a las especificaciones técnicas de los mismos. 7.3. Tiene en cuenta el nivel de cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo. |
| 8. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo, a los otros y al entorno en el marco de la actividad física. | 8.1. Respeta las reglas sociales y el entorno en el que se realizan las actividades físico-deportivas. 8.2. Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias. |
| 9. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación para mejorar su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información y participando en entornos colaborativos con intereses comunes. | 9.1. Aplica criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia. 9.2. Comunica y comparte la información con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión. |

8. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

Dando por supuesto las características diferenciales individuales que presenta el alumnado, es necesario plantear unas medidas de atención especial, fundamentalmente, en las siguientes situaciones:

A) En función del tipo de enfermedad, deficiencia o minusvalía que presenten, bien a

IES JUAN DE MAIRENA
PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
CURSO 2019-2020

principio de curso o si las sufrieran a lo largo del curso escolar.

- Alumnos/as dentro de programas de adaptación curricular (ESO)

Las adaptaciones curriculares tendrán como objetivo que los alumnos/as alcancen las capacidades generales propias de la etapa y del área de acuerdo con sus posibilidades. Por lo tanto, será necesario tener en cuenta, la Orden de 13 de Julio de 1994, por la que se regula el procedimiento de diseño, desarrollo y aplicación de adaptaciones curriculares, siguiendo las ACI significativas (las que afectan a los elementos básicos del currículo) y las adaptaciones curriculares no significativas (relativas a las modificaciones en los elementos básicos del currículo) que presentan nuestros alumnos/as.

- Alumnos/as exentos/as de las prácticas

Esta situación debe estar **prevista en nuestra programación**, y siguiendo la normativa vigente, según se recoge en la **Orden de 10 de Julio de 1995**, ya no existe exención en el área de Educación Física, así pues:

1. Las solicitudes de las adaptaciones serán formuladas ante la dirección del centro por los alumnos o, si estos son menores de edad, por sus padres o representantes legales e irán acompañadas de los certificados médicos correspondientes.
2. El Departamento de Educación Física y Deportiva acordará las adaptaciones oportunas a la vista de los certificados médicos, así como del resultado de la evaluación y el dictamen emitido por el Departamento de Orientación del Centro o, en su defecto, por el equipo de orientación educativa y psicopedagógica que corresponda de quienes recabara asesoramiento, si lo estima necesario, para la determinación de dichas adaptaciones.
3. La evaluación de los aprendizajes de los alumnos con necesidades especiales se hará conforme a los objetivos y contenidos para ellos propuestos en la adaptación curricular correspondiente.

Tendrán que asistir, por tanto, a las clases prácticas y a las teóricas, además de aquellas otras actividades que estén relacionadas con el Área y no impliquen esfuerzos físicos. Realizarán aquellas actividades que el profesor/a les indique en cada trimestre.

B) Alumnos con la asignatura pendiente

Recuperarán en el curso siguiente mediante evaluación continua, que será valorada por parte del profesor/a que le imparte clase en el presente curso escolar, pero realizando los exámenes, pruebas prácticas y trabajos que estén realizando los alumnos del curso anterior.

9. EJES TRANSVERSALES

Educación para la salud

Se pone especial énfasis en las repercusiones o efectos fisiológicos que tienen las distintas actividades físico – deportivas que se realizan, facilitando el conocimiento del

IES JUAN DE MAIRENA
PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
CURSO 2019-2020

propio cuerpo, sus funciones, los efectos sobre los diferentes sistemas y órganos, los beneficios psicofísicos que produce la actividad física y, también, el desarrollo de hábitos: higiene corporal y mental, alimentación correcta, prevención y tratamiento de accidentes, etc.

Educación para la convivencia

El desarrollo de actividades físico-deportivas que implican la participación bajo las premisas de cooperación y respeto, contribuyen a fomentar en los alumnos y alumnas actitudes favorables a la convivencia sin distinción de raza, sexo o religión.

Educación no sexista

Las diferencias biológicas que existen entre los sexos no son razones para la marginación de uno u otro en determinadas actividades físicas. La actividad física educativa va a facilitar el conocimiento entre los sexos y una dinámica correcta de las discriminaciones.

Educación ambiental

Se fomentan actitudes de cuidado, protección y respeto por el ecosistema a través de las actividades en el medio natural.

Proyecto lector

El departamento fomentará la expresión oral, expresión escrita y la lectura de textos relacionados con la actividad físico deportivas.

10. METODOLOGÍA

Deberemos tender a utilizar estrategias didácticas o diferentes métodos, en base a cada situación y tipo de contenido a enseñar o transmitir

En ocasiones será necesario utilizar estrategias basadas en la **reproducción de modelos**, las cuales aconsejamos para el aprendizaje de ciertas técnicas o habilidades específicas; en otras ocasiones será necesario la utilización de modelos o estrategias basadas en el **descubrimiento, búsqueda o la resolución de problemas**, las cuales desarrollarán en los alumnos o alumnas su capacidad de respuestas motoras y de adaptación a diferentes situaciones.

La utilización de metodologías basadas en el aprendizaje por descubrimiento tiene una especial importancia en esta etapa con vistas a la resolución de situaciones de tipo táctico y al establecimiento de relaciones entre las estructuras motrices y cognitivas de los alumnos o alumnas. Por último, es importante señalar que se utilizarán metodologías basadas en la asignación de tareas, que tanto motivan y refuerzan la autoestima del alumnado, así como la posibilidad de realizar tareas en grupo, en las que la puesta en marcha de todos aquellos recursos personales de cooperación, ayuda, toma de conciencia del otro, la imaginación,...nos parece de vital importancia para el desarrollo de personas que tienen que aprender a trabajar con otros.

Utilizaremos modelos didácticos en los que la **comunicación Alumnado-Profesorado cree un continuo flujo de transmisión e intercambio de información**, de influencia mutua (retroalimentación), favoreciendo el desarrollo socio-afectivo de alumno, posibilitando la adquisición

IES JUAN DE MAIRENA
PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
CURSO 2019-2020

de actitudes de tolerancia, respeto y de trato social, al mismo tiempo que posibilita su sentido crítico y contribuye a la propia identidad personal.

Esta propuesta educativa se caracterizará además, por valorar, no sólo los resultados, sino también el proceso y la evolución del alumnado; por favorecer la erradicación y actitud crítica ante conductas discriminatorias, sexistas o estereotipadas; intentar atender a las necesidades e intereses individuales; y al establecimiento de relaciones interdisciplinarias.

10.1 Fundamentación Didáctica

En cuanto a las actividades

- Tratamiento global de los diferentes núcleos de conocimientos.
- El conocimiento del cuerpo y sus diferentes posibilidades supone un proceso constante que no puede desvincularse de las vivencias del alumnado.
- Propondremos una variada gama de actividades que puedan practicarse en el entorno, favoreciéndose así transferencias válidas a posteriores etapas educativas y diferentes momentos de ocio y recreación.

En cuanto al profesorado y alumnado:

- La comunicación favorecerá el desarrollo socio afectivo, al mismo tiempo posibilita la adquisición de actitudes de tolerancia, respeto y de trato social, al mismo tiempo que posibilita el sentido crítico y contribuye a formar la propia identidad personal.
- En todo momento habrá de garantizarse la seguridad del alumnado, valorando periódicamente su estado físico con objeto de evitar riesgos y acondicionando las actividades propuestas al desarrollo normalizado de cada uno, sin forzarlo.

En cuanto a los materiales y la utilización de espacios:

- Conviene tomar precauciones a fin de que los espacios de trabajo, así como los materiales utilizados, no supongan peligro, potenciando al mismo tiempo hábitos que favorezcan su cuidado y mantenimiento.
- La práctica de la educación física se apoyará en el uso de diferentes materiales, que poseerán un carácter multifuncional, carentes de peligrosidad, sin que por ello deban ser sofisticados.

11. NORMATIVA DE LA ASIGNATURA

11.1 El equipamiento personal para las clases prácticas

Estará compuesto por:

- Camiseta deportiva, aconsejando las de algodón o sudadera, del mismo tejido. Pantalón corto de deportes o culote de tipo ciclista.

IES JUAN DE MAIRENA
PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
CURSO 2019-2020

- Calcetines, a ser posible de algodón, que se utilizarán siempre, independientemente de la temperatura ambiente, ya que su uso se justifica por el mejor ajuste del pie a la zapatilla y la prevención de infecciones.
- Calzado deportivo, preferentemente con planta interior anatómica, suela gruesa flexible y lisa y tejido sintético transpirable. No se consideran válidas para actividad física las zapatillas de lona ni cualquier otro tipo de calzado, entre otros los de actividades muy específicas: Botas de marcha, de fútbol, de danza...
- Se puede utilizar chándal completo o parte sobre la equipación deportiva. No podrás utilizar, por tanto, prendas de vestir que no sean deportivas.
- Es recomendable que te desprendas de todo objeto que durante el ejercicio físico pueda ser motivo de lesión (grandes anillos, grandes pendientes, grandes collares, pirsin), así como de aquellos que pudieran dificultarlo.
- Un reloj que te permita tomarte las pulsaciones. Y lo ideal es que tenga cronómetro, puesto que en algunas sesiones tendrás que tener en cuenta las décimas de segundo.
- Opcional y recomendable, que traigan una botellita de agua para beber en los tiempos de recuperación.
- Se considera falta de asistencia en la clase práctica, cuando te presentes a realizarla con vestimenta diferente a la indicada parcial o totalmente. Dicha falta afectará tu nota de rendimiento personal.
Si dicha falta de atuendo deportivo está debidamente justificada por una exención temporal, el alumno/a estará obligado/a a asistir a clase con su cuaderno y realizar la actividad que el profesor/a le indique (bien en la misma clase, en biblioteca o sala de acogida, según los casos).
Es posible también que se requiera su participación en el montaje y desarrollo de la sesión, colaborando con sus compañeros/as: **colocación del material, toma de marcas...**

11.2 Normas Para el desarrollo de la asignatura

- El alumno/a debe recoger ordenadamente toda la información que se proporcione tanto en clase práctica como teórica. Se evalúa positivamente.
- Está prohibido el uso del móvil tanto en clase práctica como teórica: si resulta necesario debe consultarlo al profesor/a.
- Es imprescindible justificar las faltas y asistir SIN atuendo deportivo.
- Los trabajos que se entreguen deben seguir las pautas que marque el Departamento.

IES JUAN DE MAIRENA
PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
CURSO 2019-2020

- Los trabajos deben entregarse escritos a mano/máquina según la indicación del profesor/a y con ilustración de fotografías...
- Es obligatorio trabajar parte teórica, práctica y exposiciones en clase.
- No se puede abandonar ninguno de estos aspectos para poder tener nota positiva en la evaluación.
- Los alumnos/as EXENTOS realizarán un trabajo que sustituya la nota de las clases prácticas. Estos alumnos trabajarán de forma diferente (según la indicación del profesor/a) en función del tipo de exención que tengan:

Parciales: pueden realizar unas prácticas y no otras.

Temporales: estará exentos un periodo de tiempo determinado

Higiene

- Por medidas de higiene personal y colectiva, deberás, como mínimo asearte después de las prácticas. No se podrás asistir a la clase posterior a la de Educación Física con la vestimenta deportiva utilizada en la práctica. “Sobre todo cámbiate la ropa que ha estado más en contacto con tu cuerpo (ropa interior)”
- Para perder el menor tiempo posible, acudirás a clase con la ropa deportiva puesta de casa, y la ropa de muda en una bolsa o macuto. Cuando acabe la clase, te aseas y te cambias en el vestuario. Por razones de orden, si terminas de ducharte pronto o no te has duchado, no entres en el edificio del Instituto hasta que no toque el timbre (se molesta a los otros cursos).

11.3 Los materiales

Los materiales de la clase son de todos, incluso de aquellos alumnos que aún no están matriculados en el centro, por lo que se deben cuidar y, una vez usados, ordenarlos en el lugar correspondiente. Como queda recogido en el Documento de los derechos y deberes de los/as alumnos/as, tanto el alumnado como el profesor deberán cuidar el material e instalaciones del Instituto. En caso de maltrato, pérdida o destrozo de un balón, disco,... de forma intencionada repercutirá, por un lado en tu evaluación- calificación en el apartado de “actitud” y por otro estarías obligado/a repararlo o abonarla, según sea el caso. (“quien rompe paga”)

Para mejor aprovechar el tiempo de la sesión de trabajo, es importante todos estemos dispuestos para colocar y recoger el material empleado.

Por último: No pidas balones al Seminario de Educación Física para cuando falte un Profesor/a.

IES JUAN DE MAIRENA
PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
CURSO 2019-2020

Cuando el material sea de uso individual, deberás responsabilizarte del mismo hasta el momento de su recogida cuando termine la actividad. Si el material es de uso común deberás, igualmente, encargarte de su recogida ayudando a los compañeros que hayan sido designados para esa tarea.”

11.4 Asistencia y puntualidad

La asignatura es práctico-teórica, por lo que el logro de los objetivos programados se verá influenciados por la asistencia del alumnado.

Las faltas de asistencia podrán ser:

- Justificables o no justificables: una falta que nunca puede ser justificable, aunque tu padre o madre quiera hacerlo es: “mi hijo no puede asistir a primera hora de clase de todo el curso porque le cuesta mucho trabajo levantarse”, ¿Entiendes?
- Justificadas o no Justificadas: Presentarás la justificación paterna, materna o de la persona que esté a tu cargo o certificado médico en caso de enfermedad, en plazo máximo de una semana una vez que puedas incorporarte al Instituto. La justificación no tendrá validez pasado este plazo. Deberás justificar ante el tutor o tutora los motivos de la falta pero antes preséntasela, entre otros a tu Profesor o Profesora de Educación Física. Dichas faltas de asistencia no justificada se evaluarán en el apartado de actitud. Si un día tienes una enfermedad o lesión temporal, que te impida incorporarse a las prácticas y te encuentras en el centro, asistirás a las clases recogiendo en un “diario de clase” todas las actividades, ejercicios y anotaciones teóricas que impartan en la práctica. Toda falta a clase por motivos de salud deberá justificar por un informe Médico (No hace falta certificado), informe que quedará sujeto a las normas de exención temporal. Esta norma tiene como excepción el caso de indisposición temporal en la que no hayas ido a ver a tu médico, porque, por ejemplo era una simple gripe y no lo consideraste necesario.

En ese caso tendrá que justificarla tus padres y firmada. Si no trae el justificante (ese mismo día o el siguiente en el plazo de tres días) se le considera como falta de asistencia o inactividad. Si la enfermedad tiene una duración superior a 4 sesiones, se le pedirá la realización de un trabajo personal sobre un tema relacionado con la programación de su nivel o temática individual.

Debes tener en cuenta que, los alumnos-as que no traigan la indumentaria correcta para poder dar las sesiones prácticas, también se le considera como falta de asistencia o inactividad, aun que se encuentren en la clase. Si asistes a clase puedes “compensar” una falta de equipación, tomando notas de todos los ejercicios que hagamos ese día en clase, recogéndote al final de la sesión esa clase.

Recuerda que tanto la falta de asistencia injustificada, como la falta de equipación

IES JUAN DE MAIRENA
PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
CURSO 2019-2020

repercutirá negativamente en tu nota.

Para evitar los desfases en la marcha del grupo, se recomienda la máxima puntualidad a la hora de llegar a la pista o aula, de tal forma que los retrasos repetidos serán tenidos en cuenta como parte del proceso de enseñanza. “Para concretar, se te anotarán - en el caso que se produzcan - retrasos superiores a **tres minutos** una vez que haya tocado el timbre o en su caso, una vez que haya sido nombrado al “pasar lista. El hecho de acumular retrasos, puede afectar seriamente la calificación de la evaluación, dependiendo del número de retrasos y de la cuantía de cada uno de ellos”.

Y recuerda: Ven con la ropa deportiva de tu casa y luego te cambias, así aprovecharemos más el tiempo de movimiento en clase. Para evitar entorpecer el comienzo de la clase, si traes una **justificación** o necesitas **comentarle** a tu Profesor o Profesora algún aspecto relacionado con tu intervención en esa sesión, debes presentar e/justificante o realizar ese comentario **durante esos tres primeros minutos**, antes de que empiece a “pasar lista”

La no comunicación al profesor de las dolencias o problemas existentes en el alumnado, como es el caso de un justificante hará que se exima de toda responsabilidad al profesor de aquellas actividades que el alumno no debiera realizar.

12. ACTIVIDADES EXTRAESCOLAR Y COMPLEMENTARIAS.

Todas estas actividades quedan pendientes de poderse realizar si la pandemia lo posibilita.

| Curso | Actividad |
|------------------------|---|
| 1º BACHILLERATO | -Jornada de Bautismo acuático (Piragua/Remo) en el Guadalquivir. -Jornada de orientación en Porzuna. -Jornada de Socorrismo acuático. |

IES JUAN DE MAIRENA
PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
CURSO 2019-2020

| Curso | Actividad |
|-----------------|--|
| 2º BACHILLERATO | <ul style="list-style-type: none">- Carrera de Orientación en parque o zona abierta.- Visita a un centro deportivo- Senderismo.- Piragüismo en río Guadalquivir o pantano.- Recorridos en bicicleta. |

En cuanto a las actividades Complementarias (para todos los niveles):

- Torneo de Voleibol (recreos). Dichos partidos se celebrarán 1 día a la semana.
- Torneo de Fútbol (recreos). Dichos partidos se celebrarán 4 días a la semana.
- Juegos populares: Balón prisionero (1 día/semana)
- Baloncesto 3x3 (1 día/ semana)
- Taller flamenco (1 día /semana en el recreo. A partir de Enero)
- Torneo Ping-pong (todos los días)

* Los partidos serán arbitrados por alumnos/as de 2º Bch. Con la supervisión de una profesor/a de EF.

13. EVALUACIÓN

Para qué evaluar, Qué evaluar, Cómo evaluar y Cuándo evaluar. Para ello, nos hemos basado en el Real Decreto 1631/2006, de 29 de diciembre por el que se establecen las enseñanzas mínimas correspondientes a la Educación Secundaria Obligatoria y en la Orden de 10 de agosto de 2007 por la que se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado de educación secundaria obligatoria en Andalucía. En ésta aparecen los rasgos de la evaluación:

- Continua, en cuanto estará inmersa en el proceso de enseñanza y aprendizaje del alumnado con el fin de detectar las dificultades en el momento en que se producen, averiguar sus causas y, en consecuencia, adoptar las medidas necesarias que permitan al alumnado continuar su proceso de aprendizaje.
- Diferenciada, según las distintas materias del currículo, por lo que observará los progresos del alumnado en cada una de ellas y tendrá como referente las competencias básicas y los objetivos

IES JUAN DE MAIRENA
PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
CURSO 2019-2020

generales de la etapa. Se considerarán las características propias del alumnado y el contexto sociocultural del centro.

□ Carácter formativo y orientador, del proceso educativo y proporcionará una información constante que permita mejorar tanto los procesos, como los resultados de la intervención educativa.

13.1 Modelos de la evaluación a utilizar

Nos situaremos en la evaluación continua, cuyas fases son:

Evaluación inicial

Se realiza una encuesta inicial sobre conocimientos acerca de distintos aspectos de la E.F.

- Características somáticas: Se realiza una toma de datos antropométricos básicos.

- Rendimiento motor: Realización de test o pruebas de Condición Física.

- Nivel de ejecución y experiencias previas en habilidades específicas: Antes de realizar el desarrollo de los contenidos específicos de este bloque, se trata de establecer el nivel de partida del alumno con vistas a la posterior secuenciación de los aprendizajes y tareas a trabajar.

- Motivaciones e intereses de los alumnos: Captadas mediante el paso de un cuestionario inicial, donde se trata de inferir los intereses y las motivaciones del alumno, experiencias previas, etc.

Evaluación formativa

Su función es la de realizar un diagnóstico (información al alumno y profesor sobre el proceso de Enseñanza/aprendizaje de la Unidad que se trate para determinar si los objetivos se van consiguiendo y las posibles causas de error en los elementos del proceso).

Evaluación sumativa

Su función es la de realizar un balance (determinando el nivel alcanzado por el alumno y determinando la eficacia de todos los elementos del proceso)

IES JUAN DE MAIRENA
PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
CURSO 2019-2020

13.2 Criterios y sistema de calificación

En primer lugar es necesario establecer el peso de cada una de las competencias

En la siguiente tabla se señalan las competencias claves que se adquieren en nuestra área y el grado de adquisición reflejado en su porcentaje correspondiente.

| Competencia | Abreviatura | Sobre 100% | Sobre10 |
|--|-------------|-------------|-------------------|
| Comunicación Lingüística | C.C.L. | 7% | 0,7 |
| Matemática y en Ciencia y Tecnología | C.M./C.T. | 3%/31.5% | 0.3 + 3,15 = 3,45 |
| Digital | C.D. | 5% | 0.5 |
| Aprender a aprender | C.A.A. | 10,5% | 1,05 |
| Sociales y Cívicas | C.S.C. | 13,5% | 1,35 |
| Sentido de Iniciativa y Espíritu emprendedor | C.S.I.S.E. | 22% | 2,2 |
| Conciencia y expresiones culturales | C.C.E.C. | 7,5% | 0,75 |
| TOTAL | | 100% | 10 |

“Estas competencias claves aparecen desglosadas en estándares de evaluación (pags.26-28)”

13.3 Procedimientos e instrumentos de evaluación

En cuanto a los Procedimientos, tendremos muy en cuenta la observación directa de todos y cada uno de los alumnos. De esta forma, conoceremos como nuestro alumnado participa, trabaja y adquiere las capacidades y competencias necesarias expresadas en esta programación.

Los instrumentos de evaluación establecidos por el Departamento de Educación Física son los siguientes:

1. Pruebas escritas o controles, de algunos contenidos básicos desarrollados en los distintos trimestres. Éstos serán diseñados de acuerdo a los criterios de evaluación establecidos en la programación y tomando también como referente el nivel inicial del alumno.
2. Trabajos de diferentes contenidos teórico-práctico de los distintos bloques de contenidos a desarrollar. Con ello se pretende trabajar y desarrollar distintas Competencias
3. Ficha de recogida de datos de distintas actividades físicas donde se tomará referencia de distintos aspectos como: el nivel e intensidad de distintos esfuerzos (toma de pulsaciones), resultados en la valoración de la Condición física (de forma que los alumnos sean conscientes de sus capacidades, sus limitaciones y las posibilidades de mejora...); también se realizará una evaluación de la Técnica de algún deporte, el nivel inicial y el progreso conseguido, Evaluación Actividades de Expresión corporal individual/colectivo, Evaluación de distintas técnicas en actividades relacionadas con el medio natural.
4. Observación y toma datos sobre la participación en la práctica con ello se pretende tener referencias casi a diario del esfuerzo y superación en el proceso de aprendizaje de los alumnos.

IES JUAN DE MAIRENA

**PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
CURSO 2019-2020**

5. Actitud y respeto a las normas de higiene y hábitos de vida saludable, se tendrá en cuenta la colaboración con la organización del material, el aseo personal, la ayuda a los compañeros de clase, la participación en actividades extraescolares relacionadas con la actividad física...)

IES JUAN DE MAIRENA
PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
CURSO 2019-2020

La valoración de cada uno de los instrumentos de evaluación que contribuirán a la adquisición de las competencias claves será la siguiente:

| Instrumento/Competencia | C.C.L. | C.M./C. T. | C.D. | C.A.A. | C.S.C. | C.S.I. S.E. | C.C.E. C. | Total | |
|--|-----------|---------------|-----------|-------------------|-------------------|----------------|--------------|-------------|-----|
| Pruebas escritas | 2% | 7% | | 1% | | | | 10% | |
| Trabajos | 5% | 7% | 4% | 4% | 2% | 4% | 2% | 28% | |
| Ficha recogida datos (actividad física) | | 3 % | 12 % | 1% | 3% | 1% | 5% | 2% | 27% |
| Participación práctica | | | 5,5 % | | 2,5% | 5,5% | 5% | 3,5% | 22% |
| Actitud de respeto a las normas de higiene | | | | | | 5% | 8% | | 13% |
| Total | 7% | 34,5% | 5% | 10,5 % | 13,5 % | 22% | 7,5% | 100% | |

13.4 Criterios y sistema de calificación (tablas de porcentajes)

BACHILLERATO

| Instrumento de Evaluación | | Trimestre | 1º Bachillerato |
|---|---------------------------------------|-----------|-----------------|
| 1. Pruebas escritas: Controles o preguntas orales clase | Control localización músculos | 1º | 15% |
| | | 2º | |
| | | 3º | |
| 2. Trabajos usando o no medios técnicos de información y comunicación | La Resistencia La Fuerza | 1º | 35% |
| | | 2º | 25% |
| | | 3º | 25% |
| 3. Ficha recogida datos (actividad física) | Valoración C. Física- test | 1º | 10% |
| | | 2º | 40% |
| | | 3º | 30% |
| 4. Participación práctica | Observación y toma datos | 1º | 30% |
| | Sesiones Carrera Continua | 2º | 40% |
| | Ev. Act. expresión corporal colectivo | 3º | 30% |

IES JUAN DE MAIRENA

**PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
CURSO 2019-2020**

| | | | |
|--|--|----|-----|
| | (intensidad y eficacia en la práctica) | 2º | 25% |
| | | 3º | 35% |
| 5. Actitud respeto normas higiene y participación en actividades relacionadas con la actividad física. | Observación y toma datos de puntualidad, correcta equipación y se tendrá en cuenta la colaboración con la organización del material, el aseo personal, la ayuda a los compañeros de clase, la participación en actividades deportivas relacionadas con la actividad física...) | 1º | 10% |
| | | 2º | 10% |
| | | 3º | 10% |

BACHILLERATO

| Instrumento de Evaluación | | Trimestre | 2º Bachillerato |
|--|--|-----------|-----------------|
| 1. Pruebas escritas: Controles o preguntas orales clase | Control localización músculos | 1º | 15% |
| | | 2º | |
| | | 3º | |
| 2. Trabajos usando o no medios técnicos de información y comunicación | La Resistencia La Fuerza | 1º | 35% |
| | La Flexibilidad | 2º | 25% |
| | La Velocidad | 3º | 25% |
| 3. Ficha recogida datos (actividad física) | Valoración C. Física- test | 1º | 10% |
| | Sesiones Carrera Continua | 2º | 40% |
| | Ev. Act. expresión corporal colectivo | 3º | 30% |
| 4. Participación práctica | Observación y toma datos (intensidad y eficacia en la práctica) | 1º | 30% |
| | | 2º | 25% |
| | | 3º | 35% |
| 5. Actitud respeto normas higiene y participación en actividades relacionadas con la actividad física. | Observación y toma datos de puntualidad, correcta equipación y se tendrá en cuenta la colaboración con la organización del material, el aseo personal, la ayuda a los compañeros de clase, la participación en actividades deportivas relacionadas con la actividad física...) | 1º | 10% |
| | | 2º | 10% |
| | | 3º | 10% |

Se tendrán en cuenta las siguientes consideraciones:

- Los alumnos deberán aprobar o superar satisfactoriamente todos y cada una de las actividades prácticas o teórico-prácticas, controles y/o trabajos solicitados en cada trimestre para obtener una calificación positiva.

IES JUAN DE MAIRENA

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA CURSO 2019-2020

- Los alumnos deberán entregar en la fecha estipulada estos trabajos, con perfecta presentación, a mano, y respetando las características solicitadas (en cuanto a extensión, bibliografía a utilizar, etc.).
- Los alumnos deberán participar de forma activa en las clases prácticas atendiendo a las pautas que el profesor vaya marcando. Se tendrá en cuenta para la calificación el grado de implicación de los alumnos a nivel físico (considerando la diversidad de niveles de condición física y/o de habilidades con respecto a las distintas actividades físicas, expresivas o deportivas).
- Cuando un alumno se encuentre enfermo o lesionado se le proporcionará una actividad alternativa, o se le solicitará tomar por escrito la práctica, pasarla a escrito y entregarla ese mismo día o al siguiente día de su incidencia. También se le podrá pedir trabajos alternativos que compensen la no realización de ejercicio físico.
- A los alumnos que hayan faltado por motivos de salud y estén justificadas oportunamente por personal médico (en caso de más de un día), o por alguno de sus padres o tutores (en caso de que el problema de salud se solucione en un día); se les solicitará un trabajo compensatorio si se estima oportuno.
- Si el número total de faltas (incluyendo las justificadas) es superior a un tercio del total de clases del trimestre el alumno será calificado negativamente si el profesor/a así lo estima conveniente, ya que se habría perdido completamente el sentido práctico y vivencial de la asignatura.
- La calificación será el resultado de la realización de la media ponderada de todas las notas recogidas con los instrumentos de evaluación, donde se valorará el grado de adquisición de las Competencias claves, con la ponderación que se ha decidido. Cuando un alumno obtenga calificación negativa en alguna evaluación se le dará opción de recuperar en sucesivas evaluaciones; y en aquellos casos de encontrar dificultades para la superación de las mismas se podrá dar algún refuerzo y atención personalizada.

IES JUAN DE MAIRENA
PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
CURSO 2019-2020

14. AUTOEVALUACIÓN

| Evaluación de la programación didáctica | 1 | 2 |
|--|---|---|
| 1. La programación didáctica ha sido elaborada de forma coordinada dentro del equipo de ciclo y se ha cuidado la relación entre los distintos elementos que la componen (objetivos, contenidos, metodología, evaluación y atención a la diversidad). | | |
| 2. La programación didáctica concreta y completa fielmente las decisiones tomadas en la concreción del currículo dentro de nuestro proyecto educativo de centro. | | |
| 3. Los criterios de evaluación de la programación didáctica cumplen la función de "medir" si se han alcanzado los objetivos previstos a través de los contenidos propuestos secuencialmente. | | |
| 4. La programación didáctica ayuda a desarrollar los principios metodológicos definidos en esta etapa educativa, especialmente el "aprender a aprender" en consonancia con las características de los alumnos de la etapa | | |
| 5. Las actividades programadas mantienen coherencia con las decisiones metodológicas el currículo oficial vigente | | |
| 6. La programación didáctica prevé los recursos (humanos y materiales) necesarios para desarrollarlas adecuadamente. | | |
| 7. Se ha programado, desarrollado y evaluado conveniente las salidas y visitas al entorno en relación con los objetivos previstos (actividades complementarias). | | |
| 8. Se han desarrollado los elementos comunes incluidos en la programación didáctica (educación en valores, TIC, aproximación a la lectoescritura). | | |
| 9. La programación de medidas de atención a la diversidad es adecuada a las necesidades específicas de apoyo educativo de nuestros alumnos | | |
| 10. Se han utilizado las estrategias de evaluación decididas en la concreción del currículo dentro de la evaluación continua de la programación didáctica | | |

(1) VALORACIÓN. Se puntuará numéricamente ente 1 y 4, siendo:

1. Nunca, no, insatisfactoriamente
2. A veces, puntualmente.
3. Casi siempre, frecuentemente
4. Siempre, sí, satisfactoriamente.

(2) PROPUESTAS DE MEJORA (para la siguiente programación didáctica).

IES JUAN DE MAIRENA
PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
CURSO 2019-2020

| | |
|-------------|--------|
| Materia: | Curso: |
| Profesor/a: | Fecha: |

| EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE | 1 | 2 | 3 | 4 |
|--|---|---|---|---|
| 1. Se ha respetado la distribución temporal de los contenidos por evaluaciones. | | | | |
| 2. Se ha aplicado la metodología didáctica programada. | | | | |
| 3. Se han tenido en cuenta los conocimientos y aprendizajes básicos necesarios para aprobar la materia. | | | | |
| 4. Se han aplicado los procedimientos de evaluación programados y te has ajustado a los criterios de calificación. | | | | |
| 5. Se han aplicado medidas de atención a la diversidad a los alumnos que las han requerido. | | | | |
| 6. Se han llevado a cabo las actividades de recuperación de materias pendientes de cursos anteriores según tu responsabilidad. | | | | |
| 7. Se han llevado a efecto medidas de refuerzo educativo dirigidas a los alumnos que presentaban dificultades de aprendizaje. | | | | |
| 8. Se han puesto en práctica medidas para estimular el interés y el hábito de la lectura y la capacidad de expresarse correctamente. | | | | |
| 9. Se han utilizado los materiales y recursos didácticos programados (en su caso, libros de texto de referencia). | | | | |
| 10. Se han realizado las actividades complementarias y extraescolares programadas | | | | |

- 1. Causas de las cuestiones valoradas con 1 o 2:**
- 2. Indica las características más positivas del trabajo desarrolladas este curso.**
- 3. Propuestas de mejorar para las siguientes evaluaciones o curso.**

IES JUAN DE MAIRENA
PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
CURSO 2019-2020

ANEXOS:

ANEXO 1: ACTUACIÓN COVID Y COMUNICACIÓN ALUMNADO Y FAMILIAS:

- Protocolo Covid-19 EF
- Clases semipresenciales.
- Medios online para atender al alumnado.

Nos comunicaremos con el alumnado y las familias a través del correo corporativo, Séneca, Passen y Classroom, donde se subirán todas las tareas para minimizar el traspaso de material entre alumnado y profesorado.

ANEXO 2: TRABAJO SEMIPRESENCIALIDAD:

Para garantizar el derecho a la educación de todo el alumnado, las semanas, que debido a las semipresencialidad no acudan a clase se subirán a Classroom materiales adicionales que complementen su formación en clase presencial, así como tareas que deberán realizar para evaluar el grado de consecución de los objetivos planteados. Ejemplos de materiales:

- Juegos adaptados
- Supuestos prácticos
- Sesiones de AFD
- Lecturas
- Vídeos

Estas tareas estarán relacionadas con las sesiones anteriores y tendrán como objetivo reforzar los contenidos trabajados con anterioridad.

ANEXO 3: ACTUACIÓN ALUMNADO CONFINADO:

Ante una situación de confinamiento individual se considera que el estudiante dispone en la plataforma de su grupo de los materiales necesarios para el seguimiento de la asignatura, aunque como medida de apoyo académico y emocional adicional se propone, a demanda del estudiante, la realización de tutorías personalizadas a través de Google Meet fuera del horario lectivo (en el que el profesor estará impartiendo sus clases al resto del grupo, no confinado). Asimismo, si las condiciones de salud del alumnado lo hicieran necesario, se modificarían los plazos de entrega de las actividades evaluables. Estas actividades tendrán relación con las sesiones prácticas. Ejemplos:

- Temas y apuntes.
- Sesiones prácticas realizadas por el profesorado.
- Exámenes telemáticos.
- Programas de AF en casa.
- Sesiones realizadas por el alumnado.

IES JUAN DE MAIRENA
PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
CURSO 2019-2020

ANEXO 4: TRABAJO SITUACIÓN DE CONFINAMIENTO TOTAL (DOCENCIA TELEMÁTICA):

En el caso de que se decretara confinamiento domiciliario y no se pudiera continuar con el modelo semipresencial actual, el desarrollo de la asignatura seguiría basándose en la plataforma Google Classroom o alguna otra de las anteriormente citadas, a través de la cual se garantizaría la comunicación con el grupo, así como el planteamiento y entrega de las actividades de aprendizaje correspondientes. Durante las horas establecidas de clase se podrían llegar a realizar sesiones síncronas a través de Google Meet, en las que se trabajarían los contenidos previstos para cada sesión mediante metodologías y actividades adecuadas para el sistema online y no presencial.