

# **PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE**

## **EDUCACIÓN FÍSICA DE 2º ESO**

### **IES Aravalle, curso 2024-25**

- a) Introducción: conceptualización y características de la materia.
- b) Diseño de la evaluación inicial.
- c) Competencias específicas y vinculaciones con los descriptores operativos: mapa de relaciones competenciales.
- d) Metodología didáctica.
- e) Secuencia de unidades temporales de programación.
- f) En su caso, concreción de proyectos significativos.
- g) Materiales y recursos de desarrollo curricular.
- h) Concreción de planes, programas y proyectos del centro vinculados con el desarrollo del currículo de la materia.
- i) Actividades complementarias y extraescolares.
- j) Atención a las diferencias individuales del alumnado.
- k) Evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y vinculación de sus elementos.
- l) Procedimiento para la evaluación de la programación didáctica.

Anexo I: CONTENIDOS DE E.F. DE 2º DE ESO.

Anexo II: CONTENIDOS TRANSVERSALES DE ESO.

Anexo III: ACLARACIONES EN LA EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN.

Anexo IV: SITUACIÓN DE LOS PROFESORES EN EL CURSO ACTUAL.

**a) Introducción: conceptualización y características de la materia.**

La conceptualización y características de la materia Educación Física se establecen en el anexo III del *Decreto 39/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación secundaria obligatoria en la Comunidad de Castilla y León*.

**b) Diseño de la evaluación inicial.**

Partimos de las **directrices** para el diseño y puesta en práctica de la evaluación inicial que se incluyen en la **propuesta curricular del IES**.

Esta permite comprobar el grado de adquisición de las competencias específicas, para ello **referenciamos las pruebas y nos basamos en los criterios de evaluación** del curso anterior.

<i><b>Criterios de evaluación</b></i>	<i><b>Instrumento de evaluación</b></i>	<i><b>Número de sesiones</b></i>	<i><b>Agente evaluador</b></i>	<i><b>Observaciones</b></i>
1.1 /1.2	<i>Guía de observación</i>	1	<i>Heteroevaluación</i>	En los grupos Bilingües se podrán usar pruebas orales o de otros tipos, de coevaluación y heteroevaluación.
2.1/2.3/2.4	<i>Diario del profesor</i>	1	<i>Heteroevaluación</i>	
3.3/3.2/	<i>Prueba oral</i>	1	<i>Coevaluación</i>	

**c) Competencias específicas y vinculaciones con los descriptores operativos: mapa de relaciones competenciales.**

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

**d) Metodología didáctica.**

***Métodos pedagógicos (estilos, estrategias y técnicas de enseñanza):***

Este mismo R.D 217/2022 en su anexo II incita a utilizar opciones metodológicas de carácter participativo. Y el anexo III sobre situaciones de aprendizaje, habla de reconocer al “alumnado como agente de su propio aprendizaje” y “resolver problemas de manera creativa y cooperativa, transfiriendo sus aprendizajes a la vida”. Es por eso que, en nuestra programación, utilizaremos de forma habitual el modelo pedagógico de aprendizaje cooperativo.

Además, para el diseño de la programación hemos tenido en cuenta los principios pedagógicos y metodo-

lógicos, recogidos en el artículo 5 y 6 del RD 217/2022, especialmente la realización de proyectos significativos y relevantes y la resolución colaborativa de problemas, reforzando a su vez, la autoestima, la autonomía, la reflexión y la responsabilidad, tal y como aboga a su vez el decreto 39/2022 de nuestra comunidad.

En cuanto a otros aspectos metodológicos que de forma prioritaria utilizaremos en nuestra programación son:

- **Técnicas:** La técnica principal que se utilizará será la indagación.
- **Estrategia en la práctica:** principalmente global.
- **Estilos de enseñanza:** El estilo predominante será la resolución de problemas.
- **Modelo pedagógico:** Aprendizaje cooperativo y algunos elementos de la gamificación.
- **Agrupamientos:** A lo largo de la programación se utilizarán principalmente grupos pequeños y parejas mixtas. En la última sesión y en la primera parte de la presentación gran grupo.
- **Organización del alumnado:** De manera general en la pista exterior y en la pista polideportiva, con suficiente distancia entre ellos para no interferir en el desarrollo de las actividades. Presentación en el gimnasio.
- **Cronograma y organización del tiempo:** A grandes rasgos, calentamiento, parte principal y vuelta a la calma. En las primeras sesiones que son más teórico-prácticas los primeros 5' los usaremos para establecer los objetivos de la sesión, ayudarles en la organización y los 5 últimos para hacer una reflexión conjunta sobre el desarrollo de las actividades del día.
- **Organización del espacio.** Gimnasio (1º clase), pista polideportiva, parque u otros espacios
- **Materiales y recursos.**
  - Tic o recursos digitales: Ordenador, proyector y teléfono móvil.
  - Materiales: Infografías. Fichas sobre los contenidos. Metros. cronómetros, conos, balones, redes, petos

e) Secuencia de unidades temporales de programación.

	<b>Título</b>	<b>Fechas y sesiones</b>
<b>PRIMER TRIMESTRE</b>	SA 1: CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD	12 sesiones – Septiembre / Octubre / Noviembre
	SA 2: PINFUVOTE	5 sesiones – Noviembre / Diciembre
	SA 3: FLOORBALL	5 sesiones – Diciembre
<b>SEGUNDO TRIMESTRE</b>	SA 4: PALAS	9 sesiones – Enero / Febrero
	SA 5: DRAMATIZACIÓN	9 sesiones – Febrero / Marzo
<b>TERCER TRIMESTRE</b>	SA 6: ORIENTACIÓN	9 sesiones – Abril / Mayo
	SA : BALONMANO	9 sesiones – Mayo / Junio

f) En su caso, concreción de proyectos significativos.

<b>Título</b>	<b>Temporalización por trimestres</b>	<b>Tipo de aprendizaje</b>	<b>Materia / Materias</b>
Conquistadores de Gredos	Durante todo el curso	Gamificación Aprendizaje servicio	Educación Física/ Biología y geología / inglés.
Escuelas saludables	Durante todo el curso	Gamificación Aprendizaje servicio	Educación Física/ Biología y geología / inglés.

g) Materiales y recursos de desarrollo curricular.

	<b>Editorial</b>	<b>Edición/ Proyecto</b>	<b>ISBN</b>
Libros para lectura. No son libros de texto.	Harper Collins	Puedo porque pienso que puedo.	978-84-16883-35-6
	Indicios	Rafa. Mi historia	978-84-937954-6-7

	<b>Materiales</b>	<b>Recursos</b>
<b>Impresos</b>	Apuntes y fichas diversas.	Los del Departamento y a veces los aportados por los alumnos.
<b>Digitales e informáticos</b>	Apuntes, trabajos, vídeos, etc.	Teams educativo.
<b>Medios audiovisuales y multimedia</b>	Proyector, pantalla, ordenadores.	Teams, diversos programas.
<b>Manipulativos</b>	Materiales propios de Educación Física.	Los propios de la materia.

**h) Concreción de planes, programas y proyectos del centro vinculados con el desarrollo del currículo de la materia.**

<b>Planes, programas y proyectos</b>	<b>Implicaciones de carácter general desde la materia</b>	<b>Temporalización (indicar la SA donde se trabaja)</b>
Plan de Lectura	Lectura de algún capítulo de un libro recomendado. Elaboración de trabajos teóricos.	Condición física de manera especial, en el primer o segundo trimestre.
Plan de Acción Tutorial	Educación para la salud: hábitos de higiene, alimentación, educación postural, etc.	Podría abarcar todas las situaciones de aprendizaje.

**i) Actividades complementarias y extraescolares.**

<b>Actividades complementarias y extraescolares</b>	<b>Breve descripción de la actividad</b>	<b>Temporalización (indicar la SA donde se realiza)</b>
Actividad de orientación.	Recorrido de carrera con pruebas y mapa.	Orientación, tercer trimestre.

**j) Atención a las diferencias individuales del alumnado.**

**1) Generalidades sobre la atención a las diferencias individuales:**

<b>Formas de representación</b>	<b>Formas de acción y expresión</b>	<b>Formas de implicación</b>
Se facilitará la percepción presentando la información de una manera clara y sencilla.	Cuando se pueda, se facilitará la interacción física de una manera segura y adaptada a cada alumno.	Se simplificarán las tareas para que el alumno se sienta capaz.
Se proporcionarán diversas opciones para una mejor comprensión.	Se facilitarán ocasiones para la expresión y comunicación.	Se proporcionarán opciones para captar el interés del alumno.
Infografía en el patio	Información en soporte digital y en papel en el aula	Se procurará que el alumno mantenga la persistencia y el esfuerzo diarios.
Videos subtítulos	Autoevaluación	Se ofrecerán recursos para que el alumno se autorregule.
Apoyo visual con carteles	Relojes de arena	Objetivos y metas realistas
Fraccionar la información	Metas concretas y apropiadas	Aprendizaje cooperativo con roles concretos
	Tutoría entre iguales	Despertar la curiosidad
	Alternativas en los ritmos y plazos	Rutinas
		Check list
		Dar valor al esfuerzo
		Crear feedback positivo
		Dejarlos decidir
		Crear expectativas

		Usar retos Proporcionar diferentes niveles de dificultad
--	--	---

2) Especificidades sobre la atención a las diferencias individuales:

<b>Alumnado</b>	<b>Medidas/ Planes / Adaptación curricular significativa</b>	<b>Observaciones</b>
A	Plan Específico de Refuerzo y Apoyo	Se le propondrán tareas alternativas a las físicas que no puedan realizar. La parte teórica podrá ser diferente o más amplia que la de sus compañeros.
B	Adaptación Curricular Significativa	Modificación de los criterios de evaluación de los alumnos que lo necesiten.

**k) Evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y vinculación de sus elementos.**

Decreto 39/2022 Art. 21.4. Evaluación del alumnado

Las técnicas para emplear permitirán la valoración objetiva de los aprendizajes del alumnado. Para ello se emplearán instrumentos variados, diversos, accesibles y adaptados a las distintas situaciones de aprendizaje que se planteen.

En cada evaluación se valoran los criterios establecidos, teniendo cada uno el valor de un punto. De forma que según el nivel de logro de cada uno se suma la nota para llegar a la final y se divide por el número de criterios que finalmente ha dado tiempo a trabajar-evaluar.

Definimos evaluación siguiendo a Hernández y Velázquez (2004) como “la realización de un conjunto de acciones encaminadas a la obtención de información significativa con el fin de, una vez analizada e interpretada en un marco de referencia, hacer posible la elaboración de un juicio de valor y, si procede, una toma de decisiones sobre los diferentes elementos y factores que configuran e interactúan en el sistema educativo”

Para evaluar correctamente, utilizaremos **INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN**, tanto procedimientos de **experimentación** (evaluación más objetiva) como **procedimientos de observación** (evaluación más subjetiva). Entre los que utilizaremos, destacan la lista de control, escala descriptiva, escala diferencial semántico, registro anecdótico y pruebas escritas. Además, se llevarán a cabo las correspondientes adaptaciones de los instrumentos de evaluación, para atender a la diversidad del alumnado, por ejemplo, cuando se halle puntualmente lesionado.

En cuanto a los agentes de evaluación, no solo participaremos nosotros como docentes, sino que siguiendo a López Pastor (2006) será muy importante la participación activa del alumnado, haciendo uso de la **heteroevaluación, autoevaluación y coevaluación**, favoreciendo así la enseñanza y el aprendizaje por competencias y realizando de esta manera una evaluación desde un punto de vista más pedagógico.

Adentrándonos en la evaluación del aprendizaje **del alumno** destacar que, basándonos en la citada legislación, esta será para el alumnado **continua, formativa e integradora**.

La evaluación continua implica un control permanente de todo el proceso de enseñanza-aprendizaje por lo que se dividirá en **inicial, formativa y final o sumativa** según 3 momentos didácticos diferentes. La inicial que se llevará a cabo en la primera quincena de curso, la reguladora a lo largo del mismo y la final o sumativa a su término.

En caso de que haya que reorientar el proceso y tomar decisiones, destacar que tenemos previstos **mecanismos para hacer efectivos los cambios** que se derivan de la evaluación mediante diversas modificaciones (basándonos en Viciano, 2002).

#### **Modificaciones superficiales**

- De métodos de descubrimiento y estrategias globales (activos) → a métodos de reproducción o estrategias analíticas (tradicionales)
- De menor número de actividades a más tiempo de las mismas
- Adaptación del material en función del desarrollo motor (bajar canastas, balones menos inflados...)

#### **Modificaciones estructurales o profundas**

- Consistiría en variar los objetivos del curso o las unidades didácticas

Como no podía ser de otra forma, para llevar a cabo la evaluación del aprendizaje del alumno, tendremos en cuenta los criterios de evaluación que desglosados en indicadores de logro y entendidos como el instrumento de referencia a la hora de realizar la evaluación es donde se expresa si se ha conseguido o no y en qué medida los objetivos y las competencias.

Pues bien, como digo, estos estándares de aprendizaje evaluables rubricados por niveles de logro serán **MIS CRITERIOS DE CALIFICACIÓN**.

La nota de la primera evaluación será seleccionada sacando la media aritmética de los criterios trabajados en la 1ª evaluación, la nota de la segunda será la nota de los criterios trabajados en la 2ª evaluación y la nota de la 3ª la nota media de los criterios trabajados durante el curso.

Para alcanzar el aprobado, no se podrá tener en ninguna de las evaluaciones una nota menor de 3, ni dos evaluaciones suspensas.

Como no puede ser de otra forma, daremos información sobre el aprovechamiento académico de los alumnos a los padres/madres, tutores y a los mismos alumnos mediante diversas vías:

- Padres/Madres → reuniones, agenda del alumno, tutorías, circulares o mediante la plataforma virtual
- Alumnos → página web del centro, entrevistas, explicación de los instrumentos de evaluación y entregando al principio de curso los criterios de evaluación y calificación.
- Tutores → reuniones, plataforma virtual, casillero y la sesión de evaluación

**I) Procedimiento para la evaluación de la programación didáctica.**

<b><i>Indicadores de logro</i></b>	<b><i>Instrumentos de evaluación</i></b>	<b><i>Momentos en los que se realizará la evaluación</i></b>	<b><i>Personas que llevarán a cabo la evaluación</i></b>
Que se hayan aplicado todas las situaciones de aprendizaje correctamente.	Reflexión de los profesores acerca de los diferentes apartados incluidos en la programación.	Final del curso.	Profesores del Departamento de EF.
Que la mayoría de los alumnos hayan alcanzado las competencias básicas.	Análisis de los datos de la evaluación final.	Final del curso.	Profesores del Departamento de EF.
Que no haya dudas en la aplicación de la programación propuesta.	Elaboración de una memoria de final de curso del Departamento.	Final del curso.	Profesores del Departamento de EF.

***Propuestas de mejora:***

Se recogerán en la memoria de final de curso elaborada en junio.





Los criterios de evaluación y los contenidos de Educación Física son los establecidos en el anexo III del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre.

Igualmente, los temas transversales están determinados en los apartados 1 y 2 del artículo 10 del Decreto 39/2022, de 29 de septiembre.

<i><b>Criterios de evaluación</b></i>	<i><b>Indicadores de logro</b></i>	<i><b>Peso IL</b></i>	<i><b>Instrumento de evaluación</b></i>	<i><b>Agente evaluador</b></i>	<i><b>SA</b></i>
1.1 Organizar y complementar secuencias sencillas de actividad física orientadas al concepto integral de salud, al estilo de vida activo y al desarrollo de las capacidades físicas, a partir de una valoración del nivel inicial, respetando la propia realidad e identidad corporal. (STEM1, STEM5, CPSAA4)	1.1.1 Correr 15' sin parar ni caminar	5 pto	Lista de control	Autoevaluación Heteroevaluación	<i>CF y salud</i>
1.2 Incorporar con autonomía procesos de activación corporal y dosificación del esfuerzo, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, y aplicando mecanismos variados de control de la intensidad de las actividades. (STEM1, STEM5)	1.2.1 Realizar el calentamiento de forma adecuada	1 pto	Hoja de observación y diario del profesor	Heteroevaluación	<i>CF y salud</i>
1.3 Empezar a introducir en sus rutinas diarias una alimentación saludable, una educación postural adecuada, y actividades de respiración y relajación, respetando sus características individuales. (STEM2, CPSAA2, CPSAA4)	1.3.1 Demostrar la capacidad de saber si un alimento de supermercado es saludable.	1,5 pto	Rúbrica y prueba escrita.	Heteroevaluación y autoevaluación	<i>CF y salud</i>
1.4 Incorporar hábitos saludables en su vida diaria, aplicando normas de higiene antes, durante y después de la práctica de actividades motrices. (STEM5, CPSAA2)	1.4.1 Asearse al menos 15 días durante el trimestre	1 pto.	Lista de control	Autoevaluación y coevaluación	<i>CF y salud</i>
1.5 Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de	1.5.1 Jugar bajo criterios de seguridad y compañerismo.	1 pto	Rúbrica	Heteroevaluación y coevaluación	<i>Floorball, palas, pinfuvote</i>



la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente. (STEM5, CPSAA2)					y balonman o.
1.6 Actuar de acuerdo con los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios. (CCL2, STEM2)	1.6.1 Realizar una representación de una actuación de ayuda a un accidentado.	2.5 pto	Lista de control. Trabajo escrito.	Coevaluación.	Dramatiza ción
1.7 Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en la salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente la reproducción de aquellas que sean nocivas o perjudiciales para el individuo o el colectivo. (STEM2, STEM5, CPSAA2)	1.7.1 Jugar a las actividades propuestas bajo criterios de seguridad y cooperación.	1pto	Hoja de observación y diario del profesor	Heteroevaluación	Floorball, palas, pinfuvote y balonman o.
1.8 Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como los riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte. (CD2, CD4)	1.8.1 Unirse al grupo de teams del grupo y enviar información al profesor	1 pto	Control directo.	Heteroevaluación	Inicio del curso.
1.9 Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, buscando, analizando, seleccionando y comunicando información relevante, elaborando documentos propios y haciendo exposiciones y argumentaciones de estos. (CCL2, CCL3, CD1, CD3, CPSAA4)	1.9.1 Realizar los trabajos correspondientes y enviarlos por Teams.	1,5 p	Rúbrica	Heteroevaluación y autoevaluación	CF y salud
2.1 Desarrollar de manera progresivamente autónoma proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso	2.1.1 En los juegos de palas, evaluar su progreso en el golpeo con la raqueta	4 pto	Rúbrica	Coevaluación y autoevaluación	Palas



como del resultado. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3)					
2.2 Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o de la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos. (STEM1, STEM3, CPSAA4, CPSAA5, CE3)	2.2.1 Trabajar aplicando la lógica interna del juego.	3 pto	Hoja de observación y diario del profesor	Heteroevaluación	<i>Floorball, palas, pinfuvote y balonmano.</i>
2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía. (STEM1, CPSAA5, CE2, CE3)	2.3.1 Mejorar el gesto técnico de golpeo con la mano, cabeza y pie partiendo de un nivel de referencia inicial	1 pto	Rúbrica	Heteroevaluación y autoevaluación	<i>Pinfuvote</i>
	2.3.2 Realizar 10 golpes con un compañero sin que caiga la pelota al suelo.	2 pto	Rúbrica	Heteroevaluación y autoevaluación	<i>Palas</i>
	2.3.3 Realizar una progresión individual de 5 golpes diferentes con ambas manos.	4 pto.	Rúbrica	Heteroevaluación y autoevaluación	<i>Palas</i>
2.4 Participar en una gran variedad de situaciones motrices, de diferentes características, mostrando actitudes de esfuerzo y superación personal, siendo receptivo a las correcciones durante el proceso de ejecución de esas actividades. (CPSAA1, CE2, CE3)	2.4.1 Participar de todas las actividades planteadas mostrando interés y superación.	3 pto	Hoja de observación y diario del profesor	Heteroevaluación	<i>Todas</i>
3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad	3.1.1 Conocer y aplicar el reglamento de la actividad en situación de juego. Respetar	3 pto	Rúbrica	Heteroevaluación y coevaluación	<i>Floorball, palas, pinfuvote</i>



desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros. (CCL1, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3)	las normas de juego.				y balonmano.
3.2 Cooperar y colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades. (CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CCEC3)	3.2.1 Participar de manera cooperativa con su equipo mostrando actitud de superación	3 pto	Diario del profesor	Heteroevaluación y coevaluación	Floorball, palas, pinfuvote y balonmano.
3.3 Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, comunicación en otras lenguas, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socioeconómica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás. (CCL1, CCL5, CP3, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3, CCEC3)	3.3.1 Mostrar respeto por los compañeros y por los adversarios	3 pto	Diario del profesor	Heteroevaluación y coevaluación	Floorball, palas, pinfuvote y balonmano.
4.1 Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto a la cultura castellana y leonesa como a otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas. (CC2, CC3, CEC1, CCEC3, CCEC4)	4.1.1 Realizar una representación en la que se trabaje algún hábito saludable y se evidencie un mal hábito de nuestra sociedad	2.5 pto	Lista de control	Coevaluación	Dramatización
4.2 Experimentar y analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando	4.2.1 Jugar partidos en equipos mixtos mostrando aceptación a las diferencias	3 pto	Hoja de observación y diario del	Heteroevaluación	Floorball, palas, pinfuvote



los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones. (CPSAA3, CC2, CC3, CCEC1, CCEC3, CCEC4)			profesor		y balonmano.
4.3 Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas. (CCL1, CPSAA3, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4)	4.3.1 Realizar una representación en la que se trabaje algún hábito saludable y se evidencie un mal hábito de nuestra sociedad	2.5 pto	Lista de control	Coevaluación	Dramatización
	4.3.2 Usar el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación	2.5 pto	Lista de control	Coevaluación	Dramatización
5.1 Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica. (STEM2, STEM5, CC4, CE1, CE3)	5.1.1 Realizar al menos una salida al medio natural y mostrar una evidencia de ello.	5p	Lista de control	Autoevaluación y heteroevaluación	ORIENTACIÓN
5.2 Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. (STEM5, CC4)	5.2.1 Mostar normas de seguridad en las actividades realizadas en el medio natural	5p	Lista de control	Autoevaluación y heteroevaluación	ORIENTACIÓN



## **ANEXO I. CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 2º DE ESO**

### **A. Vida activa y saludable.**

- A.1. Salud física: tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural, técnicas respiratorias, de relajación y su aplicación. Musculatura del *core* (zona media o lumbo-pélvica). Importancia de su fortalecimiento y su relación con el mantenimiento de la postura. Reconocimiento de posturas incorrectas propias y su corrección. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo y su desarrollo práctico. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Aparatos y sistemas del cuerpo humano.
- A.2. Salud social: efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales. Análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, así como de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte. Desarrollo de actitudes preventivas.
- A.3. Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas y su erradicación. Trastornos alimenticios asociados a la práctica de la actividad física y deporte. Aplicación de hábitos saludables de alimentación.

### **B. Organización y gestión de la actividad física.**

- B.1. Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.
- B.2. Preparación de la práctica motriz: autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte.
- B.3. La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.
- B.4. Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación y coevaluación para reconducir los procesos de trabajo.
- B.5. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física y el proceso de aprendizaje.
- B.6. Prevención de accidentes en las prácticas motrices: indumentaria, calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad. Uso correcto del material y de las instalaciones en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.

### **C. Resolución de problemas en situaciones motrices.**

- C.1. Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices



individuales. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y de patrones motores del adversario. Actuación en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración y oposición, de persecución y de interacción con un móvil.

- C.2. Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.
- C.3. Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.
- C.4. Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas y su aplicación práctica.
- C.5. Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, tanto individualmente como en grupo.
- C.6. Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, saludable, segura y autónoma.

#### **D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.**

- D.1. Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones. Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.
- D.2. Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.
- D.3. Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo.
- D.4. Identificación, rechazo y contención de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.



**E. Manifestaciones de la cultura motriz.**

- E.1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Práctica de los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.
- E.2. Usos comunicativos de la corporalidad: Expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos. Técnicas de interpretación y dramatización.
- E.3. Práctica individual y colectiva de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.
- E.4. Deporte y perspectiva de género: medios de comunicación y promoción del deporte en igualdad. Análisis crítico. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos, etc.).
- E.5. Influencia del deporte en la cultura actual: el deporte como fenómeno de masas. Impacto social, aspectos positivos y negativos.

**F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.**

- F.1. Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible, teniendo en cuenta el medio de transporte utilizado.
- F.2. La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.
- F.3. Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (*parkour*, *skate* u otras manifestaciones similares).
- F.4. Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos con posibles consecuencias graves en los mismos.
- F.5. Consumo responsable: autoconstrucción de materiales para la práctica motriz.
- F.6. Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.
- F.7. Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.



## **ANEXO II: CONTENIDOS TRANSVERSALES DE ESO**

CT1. La comprensión lectora.

CT2. La expresión oral y escrita.

CT3. La comunicación audiovisual.

CT4. La competencia digital.

CT5. El emprendimiento social y empresarial.

CT6. El fomento del espíritu crítico y científico.

CT7. La educación emocional y en valores.

CT8. La igualdad de género.

CT9. La creatividad

CT10. Las Tecnologías de la Información y la Comunicación, y su uso ético y responsable.

CT11. Educación para la convivencia escolar proactiva, orientada al respeto de la diversidad como fuente de riqueza.

CT12. Educación para la salud.

CT13. La formación estética.

CT14. La educación para la sostenibilidad y el consumo responsable.

CT15. El respeto mutuo y la cooperación entre iguales.

### **ANEXO III: ACLARACIONES EN LA EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN:**

A los alumnos que no acudan a una o varias sesiones se les podrá solicitar la elaboración de un trabajo, aunque la falta o faltas estén debidamente justificadas.

Si un alumno copia de cualquier manera o hace trampas de algún tipo en un examen o en un trabajo, tendrá automáticamente suspensa esa prueba con una calificación de 0.

Las pruebas de carácter práctico, físico, técnico, táctico, de ejecución o similares, se diseñarán en función del nivel de los alumnos.

Las pruebas de carácter teórico podrán ser trabajos, lecturas o similares. Se tendrá en cuenta la entrega dentro de la fecha y su presentación.

También se valorará la participación en las clases, la higiene, el uso de materiales deportivos correctos, la colaboración con los compañeros, el respeto a los demás, etc.

Si un alumno no acude el día de alguna prueba siempre tendrá que justificar su ausencia su padre o madre previamente. Cuando el alumno haga la prueba, ésta podrá ser diferente de la realizada por sus compañeros, especialmente en pruebas teóricas.

La plataforma Teams será la utilizada para el envío de información, trabajos, etc., para facilitar a los alumnos la tarea, ya que es la que usan mayoritariamente.



#### **ANEXO IV: SITUACIÓN DE LOS PROFESORES EN EL CURSO ACTUAL:**

El presente curso académico se aplicará la LOMLOE en toda la ESO y el Bachillerato, por lo que se presentan las programaciones adaptadas a la nueva normativa. Se presentará un documento separado para cada uno de los niveles de la ESO y otro para 1º de Bachillerato. En cuanto a los cuatro grupos bilingües de la ESO, se aplicarán las correspondientes a su nivel, ya que el uso del idioma inglés no marca ninguna diferencia significativa en los apartados fundamentales de la programación.

En el departamento de Educación Física impartiremos esta materia en los cuatro niveles de la ESO y en 1º de Bachillerato. También nos encargaremos de la Educación Física de los cuatro grupos bilingües (1º, 2º, 3º y 4º de ESO).

El jefe del departamento y profesor definitivo en el centro es Francisco Javier Aparicio, que dará clase en los dos 2º de ESO, el 2º bilingüe, 3º A, dos 4ºs de ESO, el 4º bilingüe,

La profesora Beatriz Alonso Sánchez es profesora interina e impartirá docencia a los dos 1º de E.S.O., el 1º bilingüe, a un 3º de E.S.O. y al 3º bilingüe. También impartirá la materia en 1º de Bachillerato, en el cual se juntarán los alumnos de Humanidades y Ciencias Sociales con los de Tecnología y Ciencias de la Salud..

Tendremos una reunión de Departamento semanal (lunes de 10:50 a 11:40 horas) y una hora semanal de coordinación bilingüe (lunes de 12:10 a 13:00 horas), junto con los demás profesores que imparten el programa bilingüe.