

PROGRAMACIÓN

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

2020/2021

IES CASTILLO DE MATRERA



0. ÍNDICE

	EPÍGRAFE	PG
0	ÍNDICE	
I.	PARTE COMÚN PARA TODOS LOS NIVELES.	
1.	INTRODUCCIÓN.	3
2.	DISPOSICIONES Y NORMATIVA.	4
3.	COMPOSICIÓN DEL DEPARTAMENTO.	5
4.	CONTENIDOS TRANSVERSALES.	6
5.	METODOLOGÍA.	7
6.	MATERIALES Y RECURSOS.	11
7.	MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.	12
	7.1. PROGRAMAS DE REFUERZO.	12
	7.2. PROGRAMAS DE REFUERZO PARA LAS MATERIAS PENDIENTES.	12
	7.3. PLANES ESPECÍFICOS PERSONALIZADOS PARA REPETIDORES.	13
	7.4. ADAPTACIONES CURRICULARES SIGNIFICATIVAS Y NO SIGNIFICATIVAS. ATENCIÓN DEL ALUMNADO CON ALTAS CAPACIDADES.	13
8.	ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.	15
9.	ACTIVIDADES DE FOMENTO A LA LECTURA, DE EXPRESIÓN ORAL Y ESCRITA.	15
10.	COMPETENCIAS CLAVE.	15
	10.1. CONTRIBUCIÓN DE LA MATERIA A LA ADQUISICIÓN DE LAS COMPETENCIAS CLAVE.	15
11.	EVALUACIÓN.	17
	11.1. CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE.	17
	11.2. TIPOS DE EVALUACIÓN.	22
	11.3. PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACION.	22
	11.4. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.	23
	11.5. MECANISMOS DE RECUPERACIÓN.	24
	11.6. EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE.	25
	11.7 PROPUESTAS DE MEJORA	25
II.	ENSEÑANZA SECUNDARIA OBLIGATORIA.	26
12.	OBJETIVOS.	26
	12.1. OBJETIVOS DE ETAPA.	26
	12.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LAS MATERIAS.	27
	12.3. CONTENIDOS.	28
III.	BACHILLERATO.	122

13.	OBJETIVOS.	122
	13.1. OBJETIVOS DE ETAPA.	122
	13.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LAS MATERIAS.	123
	13.3. CONTENIDOS.	124
IV.	PROYECTO BILINGÜE.	170

I. PARTE COMÚN PARA TODOS LOS NIVELES

1. INTRODUCCIÓN

La sociedad actual demanda la necesidad de incorporar a la cultura y a la educación, aquellos conocimientos, destrezas y capacidades, que se relacionan con el cuerpo y la actividad motriz, contribuyendo de forma armónica al desarrollo personal y a una mejora de la calidad de vida. Como respuesta a esta demanda social, las acciones educativas del Área de educación Física se orientarán al cuidado del cuerpo, de la salud, de la mejora corporal, y a la utilización constructiva del ocio.

Se pretende llevar al alumnado hacia una alternativa distinta del modo de vida sedentario que impera en la sociedad actual, ya que la adquisición de hábitos saludables va en beneficio de un desarrollo integral de la persona y de un aumento de la calidad de vida.

A través de la Educación física se facilitará a los alumnos /as una comprensión significativa de su cuerpo y de sus posibilidades, de manera que puedan desenvolverse normalmente en el medio, mejorando su calidad de vida, disfrutando del ocio y estableciendo ricas y fluidas relaciones con los demás.

Se tratará el desarrollo motriz vinculado al desarrollo cognitivo, promoviendo una actitud positiva hacia la exploración de uno mismo, el entorno y los compañeros /as. La educación a través del cuerpo y el movimiento no sólo se reduce a aspectos perceptivos y motrices, sino que implica otros de carácter expresivo, comunicativo, afectivo y cognitivo.

La Educación física se orientará tanto al desarrollo de capacidades y habilidades instrumentales que perfeccionan las posibilidades de movimiento, como a la adquisición de conocimientos básicos sobre la salud, ejercicio físico, deportes, actividades en el medio natural y uso de posibilidades corporales como medio de expresión, además de desarrollar actitudes y valores relacionados con el cuerpo y la conducta motriz.

Durante esta etapa se producen en el organismo de alumnos y alumnas profundas transformaciones de carácter físico, orgánico y psíquico, que se traducen en una maduración general del organismo. Es una etapa en la que la actividad física y el deporte pueden favorecer extraordinariamente el crecimiento, además de ofrecer a los jóvenes distintos aspectos que ayudan a formar su personalidad creando actitudes e intereses muy importantes para el desarrollo integral y la salud.

El Juego y el Deporte son las formas más comunes de entender la actividad física en nuestra sociedad, sin embargo, se identifica con planteamientos competitivos, selectivos y restringidos. Para adquirir un valor educativo, el deporte tendrá en este Área un carácter abierto, centrado en la mejora de capacidades motrices, de comunicación, socialización, etc. Para ello lo más importante será la participación de todos los alumnos /as, sin tener en cuenta ningún criterio de discriminación.

Hay que tener en cuenta en esta etapa educativa, de carácter propedéutico, de tránsito hacia otros estudios, bien universitarios o técnico profesionales; el establecimiento de hábitos de educación

corporal: hábitos de práctica continuada de actividades físicas, fomento de actitudes, valores y normas, y adquisición de conocimientos sobre la planificación de la actividad física y la influencia de ésta sobre el desarrollo personal.

No será menos importante dotar a los alumnos y alumnas de experiencias y conocimientos que disfruten y utilicen de un modo enriquecedor el ocio y el tiempo libre.

Se promoverán acciones educativas para consolidar hábitos duraderos: correcta alimentación, defensa del medio ambiente, vida en la naturaleza, descansos apropiados, hábitos de higiene personal, recursos expresivos del cuerpo, etc.

En general, podemos decir que la Educación física en esta etapa irá encaminada fundamentalmente a la autonomía del alumno; es decir, a que los jóvenes sean capaces de organizar su manera de vivir el ocio y por consiguiente sus hábitos de salud.

Se tendrá en cuenta, por tanto, tanto los aspectos del "saber" como del "saber hacer". Saber para criticar las modas de la alimentación, o actividades recreativas; saber cómo mantener o mejorar su salud. Saber hacer para tener un bagaje suficientemente amplio de destrezas, que le permitan utilizarlas individualmente o en grupo durante su tiempo libre.

En consecuencia hay que situar la Educación Física en el contexto general del desarrollo de la persona, dándole el verdadero sentido, de educar a través del cuerpo, sirviéndose de él y de sus posibilidades de movimiento para lograr objetivos educativos de carácter más amplio.

2. DISPOSICIONES Y NORMATIVA

La presente programación se ha realizado siguiendo las prescripciones de las siguientes leyes, decretos y órdenes:

- LOE 2/2006 Educación.
- LEA 17/2007 Educación Andalucía.
- LOMCE 8/2013 DEL 9 de Diciembre para la mejora de la Calidad educativa modifica la LOE 2/2006 del 3 de mayo.
- Real Decreto 1105/2014 de 26 de Diciembre, currículo básico de ESO y Bachillerato.
- Decreto 111/2016 currículum ESO.
- Orden 14/7/2016 desarrollo currículum ESO.
- Decreto 110/2016, currículum BACHILLERATO.
- Orden 14/7/2016, desarrollo currículum BACHILLERATO.
- RD 310/2016 del 29 de Julio de evaluación en ESO y Bachillerato.
- Decreto 327/2010 reglamento orgánico institutos.
- Orden 20/8/2010 desarrollo del D.327/2010.
- D 111/2016 cap VI de atención a la diversidad ESO.
- D 110/2016 cap VI de atención a la diversidad BACHILLERATO.
- Orden 14/7/2016 atención a la diversidad.
- Instrucciones de 8 de marzo de 2017, de la Dirección General de Participación y Equidad, por las que se actualiza el protocolo de detección, identificación del alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo y organización de la respuesta educativa.

Dada la situación actual en la que nos encontramos ocasionada por el COVID-19 y la particularidad de nuestra materia al respecto, se tendrá en cuenta la siguiente normativa:

- Orden de 19 de junio de 2020, por la que se adoptan medidas preventivas de salud pública en la comunidad autónoma de Andalucía para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el coronavirus (COVID-19), una vez superado el estado de alarma.
- Orden 14 de julio de 2020, sobre el uso de la mascarilla y otras medidas de prevención en materia de salud pública para hacer frente al coronavirus (COVID-19) y por la que se modifica la Orden 19 de junio de 2020.
- Instrucción 10/2020, de 15 de junio, de la dirección general de ordenación y evaluación educativa relativa a las medidas educativas a adoptar en el inicio del curso 2020/2021 en los centros docentes andaluces que imparten enseñanzas de régimen general.
- Instrucciones de 6 de julio, de la Viceconsejería de educación y deporte, relativas a la organización de los centros docentes para el curso escolar 2020/2021, motivada por la crisis sanitaria del COVID-19.

3. COMPOSICIÓN DEL DEPARTAMENTO

Nombre	Cuerpo	Destino	Cargo	Asignaturas y niveles impartidos		Horas semana
José Luis Ramírez García	PES Bilingüe	Interino	Tutor 1º ESO A	Educación física (bilingüe)	1º ESO	6
					2º ESO	6
					4º ESO	4
					1º BACH (Ed.Ciud.)	1
Inmaculada Fuentes García	PES	Interino	Jefe de departamento	Educación física	3ºESO.	4
					1º Bach.	6
					2º Bach	4

4. CONTENIDOS TRANSVERSALES

El *Real Decreto 1105/2014*, el *Decreto 111/2016*, y la Orden 14 de Julio de 2016 (artículo 3) señalan sin perjuicio de su tratamiento específico en las materias de la Educación Secundaria Obligatoria que se vinculan directamente con los aspectos detallados a continuación, el currículo incluirá de manera transversal los siguientes elementos. De todos ellos profundizaremos en los que mayor incidencia va a tener la materia de Educación física.

a) El respeto al Estado de Derecho y a los derechos y libertades fundamentales recogidos en la Constitución Española y en el Estatuto de Autonomía para Andalucía.

b) El desarrollo de las competencias personales y las habilidades sociales para el ejercicio de la participación, desde el conocimiento de los valores que sustentan la libertad, la justicia, la igualdad, el pluralismo político y la democracia.

c) La educación para la convivencia y el respeto en las relaciones interpersonales, la competencia emocional, el autoconcepto, la imagen corporal y la autoestima como elementos necesarios para el adecuado desarrollo personal, el rechazo y la prevención de situaciones de acoso escolar, discriminación o maltrato, la promoción del bienestar, de la seguridad y de la protección de todos los miembros de la comunidad educativa.

d) El fomento de los valores y las actuaciones necesarias para el impulso de la igualdad real y efectiva entre mujeres y hombres, el reconocimiento de la contribución de ambos sexos al desarrollo de nuestra sociedad y al conocimiento acumulado por la humanidad, el análisis de las causas, situaciones y posibles soluciones a las desigualdades por razón de sexo, el respeto a la orientación y a la identidad sexual, el rechazo de comportamientos, contenidos y actitudes sexistas y de los estereotipos de género, la prevención de la violencia de género y el rechazo a la explotación y abuso sexual.

e) El fomento de los valores inherentes y las conductas adecuadas a los principios de igualdad de oportunidades, accesibilidad universal y no discriminación, así como la prevención de la violencia contra las personas con discapacidad.

f) El fomento de la tolerancia y el reconocimiento de la diversidad y la convivencia intercultural, el conocimiento de la contribución de las diferentes sociedades, civilizaciones y culturas al desarrollo de la humanidad, el conocimiento de la historia y la cultura del pueblo gitano, la educación para la cultura de paz, el respeto a la libertad de conciencia, la consideración a las víctimas del terrorismo, el conocimiento de los elementos fundamentales de la memoria democrática vinculados principalmente con hechos que forman parte de la historia de Andalucía, y el rechazo y la prevención de la violencia terrorista y de cualquier otra forma de violencia, racismo o xenofobia.

g) El desarrollo de las habilidades básicas para la comunicación interpersonal, la capacidad de escucha activa, la empatía, la racionalidad y el acuerdo a través del diálogo.

h) La utilización crítica y el autocontrol en el uso de las tecnologías de la información y la comunicación y los medios audiovisuales, la prevención de las situaciones de riesgo derivadas de su utilización inadecuada, su aportación a la enseñanza, al aprendizaje y al trabajo del alumnado, y los procesos de transformación de la información en conocimiento.

i) La promoción de los valores y conductas inherentes a la convivencia vial, la prudencia y la prevención de los accidentes de tráfico. Asimismo se tratarán temas relativos a la protección ante emergencias y catástrofes.

j) La promoción de la actividad física para el desarrollo de la competencia motriz, de los hábitos de vida saludable, la utilización responsable del tiempo libre y del ocio y el fomento de la

dieta equilibrada y de la alimentación saludable para el bienestar individual y colectivo, incluyendo conceptos relativos a la educación para el consumo y la salud laboral.

k) La adquisición de competencias para la actuación en el ámbito económico y para la creación y desarrollo de los diversos modelos de empresas, la aportación al crecimiento económico desde principios y modelos de desarrollo sostenible y utilidad social, la formación de una conciencia ciudadana que favorezca el cumplimiento correcto de las obligaciones tributarias y la lucha contra el fraude, como formas de contribuir al sostenimiento de los servicios públicos de acuerdo con los principios de solidaridad, justicia, igualdad y responsabilidad social, el fomento del emprendimiento, de la ética empresarial y de la igualdad de oportunidades.

l) La toma de conciencia sobre temas y problemas que afectan a todas las personas en un mundo globalizado, entre los que se considerarán la salud, la pobreza en el mundo, la emigración y la desigualdad entre las personas, pueblos y naciones, así como los principios básicos que rigen el funcionamiento del medio físico y natural y las repercusiones que sobre el mismo tienen las actividades humanas, el agotamiento de los recursos naturales, la superpoblación, la contaminación o el calentamiento de la Tierra, todo ello, con objeto de fomentar la contribución activa en la defensa, conservación y mejora de nuestro entorno como elemento determinante de la calidad de vida.

5. METODOLOGÍA

Se tendrán en cuenta los principios pedagógicos expuestos en el artículo 26 de la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa, así como las orientaciones metodológicas que figuran en el Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre y en la Orden de 14 de julio de 2016.

La metodología será:

- **Significativa:** Se establecerán relaciones entre los conocimientos y experiencias previas y los nuevos conocimientos, teniendo en cuenta también los intereses y motivaciones de los alumnos.
- **Integradora:** Se tendrán en cuenta las peculiaridades y el ritmo de aprendizaje de cada alumno, en particular, y del grupo, en general.
- **Participativa:** Se fomentará la participación y el trabajo cooperativo, favoreciendo la comunicación interpersonal (profesor-alumno, alumno-alumno) como elemento esencial para la construcción de aprendizajes significativos y la adquisición de habilidades de claro componente social y cultural.
- **Activa:** El aprendizaje se conseguirá a través de las experiencias, con el alumno como protagonista del proceso de enseñanza aprendizaje.
- **Integral:** Se estimularán todas las capacidades del alumno: percepción, cognición, decisión y ejecución.
- **Emancipadora:** Se tratará de ir dando a los alumnos progresivamente mayores niveles de responsabilidad y se intentará que aprendan a tomar decisiones por sí solos, siempre que éstas estén acorde con sus capacidades y posibilidades.

Para favorecer el trabajo por competencias utilizaremos principalmente las siguientes estructuras metodológicas (MECD, 2015):

METODOLOGÍA	CARACTERÍSTICAS
Aprendizaje basado en tareas competenciales	Secuencias didácticas que proponen la realización de una actividad compleja
Trabajo por proyectos	Los alumnos planean, implementan y evalúan proyectos que tienen aplicación en el mundo real más allá del aula de clase.
Aprendizaje cooperativo colaborativo	Es el conjunto de métodos de instrucción para la aplicación en grupos pequeños, de entrenamiento y desarrollo de habilidades mixtas (aprendizaje, desarrollo personal y social)
Uso de las T.I.C.	Utilizando la moodle, apps como Sworkit, Fit 8, Canvas, Prezi.
Aprendizaje Servicio	Consiste en preparar, experiencias de servicio a las personas o la comunidad
Flipped learning o Aula Invertida	El alumnado participa en su aprendizaje, trabajando previamente en casa mediante visionado de videos, lecturas, cuestionarios y en clase se parte de ello y de las dudas que el alumno plantea.

Estilos de enseñanza

A lo largo del curso, y dependiendo de las actividades que se vayan realizando, se utilizarán distintos estilos de enseñanza.

- **Tradicionalistas:** El mando directo o la modificación del mando directo se utilizará en situaciones de probado rendimiento (trabajo muy concreto de ritmo dirigido, como aeróbic, gimnasia deportiva o entrenamiento de fuerza). La asignación de tareas será el más utilizado (trabajo de condición física o enseñanza de determinados gestos deportivos.).
- **Individualizadores:** trabajo por grupos (trabajo de la condición física), programas individuales (alumnos con necesidades especiales o para programas de mejora de la condición física) y contratos (diseño y puesta en práctica de un programa de preparación física).
- **Participativos y Socializadores:** enseñanza recíproca (habilidades sencillas que no requieran un alto grado de información sobre la ejecución) grupos reducidos (cada miembro del grupo cumple una función en el proceso de aprendizaje: anotar, observar y corregir, ejecutar,... y donde los objetivos de aprendizaje motriz son paralelos a los sociales, como en los deportes de equipo) y microenseñanza (pequeñas parcelas de la clase, en la enseñanza de aspectos técnicos de determinados deportes). También en actividades que contribuyan a desarrollar la capacidad de observación, como las actividades en el medio natural.
- **Cognitivos:** descubrimiento guiado (todo tipo de tareas) y resolución de problemas (sobre todo para los aprendizajes tácticos en los deportes de equipo, pero también en el trabajo de la condición física o la expresión corporal). Éstos son más enriquecedores por el proceso de reflexión y búsqueda que realiza el alumno/a para encontrar la solución.
- **Creativos:** el alumno no sólo se implica cognoscitivamente, sino que es él mismo quien inventa y experimenta en la actividad concreta (sobre todo en actividades de expresión corporal)

Técnicas de enseñanza

En función de los objetivos, las tareas a enseñar y las características del alumnado, nos decantaremos por una de las siguientes técnicas:

- **Enseñanza basada en la reproducción de modelos:** en situaciones motrices que suponen cierto grado de dificultad en su aprendizaje, situaciones motrices y peligrosidad considerable, por la dificultad del aprendizaje o por una cierta peligrosidad en la ejecución, sea la opción más apropiada, como puede ser en la enseñanza de la gimnasia deportiva.
- **Enseñanza mediante la búsqueda,** en aquellas situaciones en las que los mecanismos de decisión y percepción sean más decisivos, reclamando un papel activo por parte del alumno, que es quien explora y descubre, como por ejemplo en las situaciones tácticas.

Estrategia en la práctica

Se utilizará aquella que permita un mejor abordaje de los elementos que componen la progresión en el proceso de enseñanza-aprendizaje:

- **Global.** Se utilizará siempre que sea posible, puesto que es más real y atractiva para los alumnos, empleando sus tres variantes: modificación de la situación real, polarización de la atención y global pura (se procurará emplear estos métodos para no descontextualizar el aprendizaje).
- **Analítica.** Utilizada en todas sus variantes: progresiva, secuencial o pura. (Se aplican en la enseñanza de técnicas complejas).

Procesos cognitivos: pensamientos

En la actual concepción basada en el aprendizaje por competencias que propugna la LOMCE-LOCE, la metodología juega un papel fundamental ofreciendo caminos para que el alumnado pueda alcanzar las tareas propuestas. Para ello se han identificado nueve formas de pensamiento o de organización de las ideas que ponen en juego los alumnos para la resolución de las tareas integradas (CEJA, 2015). Estas formas de pensamiento o procesos cognitivos se sintetizarán en las diferentes unidades.

PROCESOS COGNITIVOS
- Reflexivo: ideas y concepciones de un alumno sin argumentar su decisión. Muy útil en la autoevaluación de las UDI.
- Analítico: Encuadre de datos y hechos. Se pone de manifiesto en la organización de datos, partes de una habilidad motriz como el calentamiento.
- Lógico: orden, respetando unas normas y reglas. En la realización de habilidades como las desarrolladas en los deportes colectivos.
- Crítico: es un paso más del pensamiento reflexivo, cuestionando, mostrando criterios y razonando sus ideas. Por ejemplo, en las reflexiones en la parte final de las sesiones.
- Analógico: comparación, metáforas e imitación de modelos. Por ejemplo, cuando imitamos a personajes en unidades de expresión corporal.
- Sistémico: relación, imitación de modelos o teorías. Por ejemplo, en la utilización de modelos en deportes individuales.

-Deliberativo: decisión basándose en una escala de valores. Por ejemplo, cuando el alumno se posiciona sobre los beneficios de realizar actividad física.
-Práctico: actuación de técnicas-tácticas para solucionar un problema psicomotriz. Por ejemplo, en cualquier juego que haya que resolver un problema motriz.
-Creativo: inventiva, ideas nuevas, diseño. Por ejemplo en unidades expresión corporal a través de juegos de expresión y comunicación.

Motivación del alumnado

La utilización de estos procedimientos metodológicos no se justifica si no es para conseguir paralelamente la motivación del alumnado por la clase de educación física y, por otro lado, por la práctica de actividad física. Si conseguimos que los alumnos estén motivados, tendremos asegurado un buen ambiente de trabajo en clase y esto contribuirá a una mejor asimilación de las enseñanzas. Para conseguir esta motivación, se utilizan los siguientes medios, entre otros:

- Plantear situaciones divertidas y atrayentes, utilizando todo tipo de material, para no caer en la rutina.
- Establecer distintos niveles de ejecución para los ejercicios, en función de las posibilidades de cada alumno: actividades más asequibles para los alumnos con dificultades y actividades con un mayor grado de exigencia para los alumnos más aventajados.
- Exposición de los contenidos conceptuales de forma atrayente apoyándose en figuras conocidas del deporte, temas de actualidad, utilización de recursos audiovisuales...
- Realizar debates, exposiciones, charlas-coloquio, ruedas de opinión...
- Interrelacionar los contenidos conceptuales y procedimentales, relacionándolos con los actitudinales y los transversales.
- Implicar a los alumnos en su propio proceso de enseñanza aprendizaje.
- Tratamiento interdisciplinar de los contenidos.
- Plantear ejercicios globales y evitar en lo posible los analíticos.
- Utilizar frecuentemente el feedback de corrección y el afectivo-positivo.
- Proponer actividades novedosas para los alumnos.
- Realizar actividades competitivas, utilizadas como elemento motivador más que expresamente competitivo, incidiendo en la importancia de la deportividad y la aceptación del resultado.
- Trabajar con las nuevas tecnologías para la investigación y búsqueda de información.

Organización temporal de la clase

Cada sesión quedará dividida en 3 partes:

- **INICIAL.** Sirve para desarrollar actividades de introducción (presentación del tema a tratar, repaso de sesiones anteriores...) y calentamiento, de motivación y para exposiciones, cuando corresponda. Su duración puede variar entre 5 y 15 minutos.
- **PRINCIPAL.** Aquí se llevan a cabo las actividades de desarrollo (ejercicios prácticos, actividades...), a través de las que se pretende conseguir los objetivos de la sesión. Su duración variará entre los 30 y 40 minutos.
- **FINAL o de VUELTA A LA CALMA.** Es el tiempo para las actividades de vuelta a la calma (estiramientos dirigidos por alumnos y relajación muscular) y las actividades de evaluación

(reflexiones y comentarios de los alumnos, dudas, apreciaciones del profesor...), así como para la recogida de material y el aseo personal. Su duración estará entre los 5 y los 10 minutos.

En cuanto a **las actividades interdisciplinares** comentar que la educación física contribuye y se coordina con las siguientes asignaturas:

MATERIA	EJEMPLO DEL TRATAMIENTO EN EDUCACIÓN FÍSICA
Ciencias de la naturaleza	<ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>actividades en el medio natural</i> (características biológicas y geológicas del medio) ▪ <i>nutrición</i> (relación alimentación-sistemas energéticos, relación actividad física-nutrientes) ▪ <i>capacidades físicas</i> (beneficios orgánicos de la actividad física, bases del funcionamiento del organismo, anatomía y fisiología)
Ciencias Sociales, Geografía e Historia	<ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>orientación</i>(interpretación de mapas) ▪ Juegos populares andaluces (historia de Andalucía) ▪ Debates sobre la <i>dimensión social</i> del deporte o en la <i>historia</i> de los deportes o actividades físicas que se estudian
Matemáticas	<ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>orientación (cálculo de distancias en el mapa)</i> ▪ <i>condición física (medidas de distancias, pesos, tiempos)</i> ▪ <i>nutrición (cálculo de la ingesta diaria).</i>
Tecnología	<ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>senderismo y acampada</i> (montaje y desmontaje de tiendas) ▪ <i>fuerza-resistencia</i> (construcción de pesas) ▪ reparación de material deportivo
Lengua Castellana y Literatura	<ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>expresión corporal</i> (lenguaje no verbal en la comunicación humana) ▪ redacción del cuaderno del alumno ▪ comprensión de textos relacionados con la actividad física ▪ vocabulario empleado en los Juegos Populares de Andalucía
Valores éticos	<ul style="list-style-type: none"> ▪ todo el trimestre a través de los <i>contenidos actitudinales</i> y la <i>educación en valores</i> (normas de convivencia y sociales, respeto, esfuerzo, responsabilidad, compromiso social...).
Lengua extranjera	<ul style="list-style-type: none"> ▪ anglicismos en el vocabulario específico (córner, sport, set, smash, interval-training, aeróbic, beat, net, out, etc.) ▪ búsqueda en Internet
Cultura clásica	<ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>resistencia</i>, la <i>fuerza</i> o el <i>atletismo</i> (origen en la Grecia clásica, peculiaridades históricas, las Olimpiadas)

6. MATERIALES Y RECURSOS

- **Instalaciones:** Pequeño gimnasio, 2 pistas polideportivas, una de baloncesto y distintas instalaciones que utilizaremos en las diversas salidas extraescolares que realizaremos a lo largo del curso.
- **Material deportivo:** esterillas, colchonetas, pelotas, palas, conos, balones, petos, aros, sticks de hockey, palas, raquetas de bádminton, volantes, material alternativo, etc.
- **Otros:** Equipo musical, libros especializados, internet, etc.

- **Incorporación de las tecnologías de la información y comunicación:** los alumnos a lo largo del curso utilizarán las tecnologías de la información y comunicación para la realización de trabajos teóricos, soporte para las exposiciones orales, estudio de exámenes.

7. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

7.1. PROGRAMAS DE REFUERZO

Protocolo incluido en el Plan de Atención a la Diversidad dentro del Proyecto Educativo:

1. El profesorado de un área que detecte cierta dificultad, hará una valoración y aplicará el refuerzo educativo en el aula dentro del marco de su programación didáctica. Se podrán emplear recursos tales como actividades específicas, cuadernillos, nuevas tecnologías, etc.
2. Si la medida no es adecuada hará una nueva valoración con la colaboración del orientador/a y la profesora de Pedagogía Terapéutica y elaborará una Adaptación Curricular No Significativa (modelo) y la aplicará en el aula. De ello informará al tutor/a y a la familia.
3. Si persiste la dificultad, el tutor/a lo comunicará al Departamento de Orientación. Asimismo El tutor/a comunicará a la familia los problemas que presenta el alumno/a e informará del procedimiento que se va a llevar a cabo.
4. El orientador/a realizará una valoración psicopedagógica
5. El orientador/a, en colaboración con el tutor y el equipo educativo, determinarán la medida más adecuada.
6. El tutor/a comunicará a la familia la medida tomada y solicitará conformidad para la aplicación de la misma.

La coordinación con la profesora de apoyo es fundamental para la atención de este tipo de alumnado. Por ello es necesario conocer los informes que posee el departamento de orientación de los alumnos que tenemos en educación física y cómo sus casuísticas personales se ven afectadas en nuestra asignatura. Tras dicho análisis se establece una línea a seguir que se discute con la especialista y se modifican los aspectos metodológicos necesarios para hacer los contenidos asequibles a los alumnos con necesidades especiales.

7.2. PROGRAMAS DE REFUERZO PARA LAS MATERIAS PENDIENTES

El alumno/a que tenga pendiente la asignatura de Educación Física deberá seguir la planificación que se ha desarrollado por el departamento de Educación Física. Dicha planificación constará de una serie de actividades que tendrán un seguimiento en el aula del nivel en el que se encuentre matriculado. Estas actividades irán encaminadas a que el alumno recupere los estándares de aprendizaje no superados en el curso anterior (se realizará un informe individual para cada alumno con pendiente que será entregado a la familia para el conocimiento de las tareas propuestas).

7.3. PLANES ESPECÍFICOS PERSONALIZADOS PARA REPETIDORES

Aquellos repetidores que no hayan superado la asignatura de educación física durante el curso anterior serán atendidos de manera individualizada mediante un seguimiento especial que permita subsanar las dificultades encontradas en el curso anterior. Se programará para ellos actividades novedosas que permitan cubrir las necesidades del propio alumno y que le permitirán acercarse a los objetivos pretendidos para la promoción al curso siguiente.

7.4. ADAPTACIONES CURRICULARES SIGNIFICATIVAS Y NO SIGNIFICATIVAS. ATENCIÓN DEL ALUMNADO CON ALTAS CAPACIDADES

De acuerdo con las Instrucciones de 8 de marzo de 2017, de la Dirección General de Participación y Equidad, por las que se actualiza el protocolo de detección, identificación del alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo y organización de la respuesta educativa, en este apartado definiremos y distinguiremos las medidas específicas de carácter educativo, haciendo referencia a los recursos personales responsables de su elaboración y aplicación.

Adaptaciones curriculares no significativas (ACNS).

Van dirigidas al alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo (NEAE) que presenta un desfase en su nivel de competencia curricular respecto del grupo en el que está escolarizado de al menos un curso en la asignatura objeto de adaptación, en nuestro caso, educación física.

Suponen modificaciones en la programación didáctica respecto a la organización, temporalización y presentación de los contenidos, en la metodología, así como en los procesos e instrumentos de evaluación. No afectarán a la consecución de los criterios de evaluación de la programación didáctica correspondiente de la asignatura.

Estas adaptaciones requerirán que el informe de evaluación psicopedagógica del alumno o alumna recoja la propuesta de aplicación de esta medida. La elaboración de las ACNS será coordinada por el tutor y el profesor de la asignatura que se vaya a adaptar. Su aplicación y seguimiento se llevará a cabo por el profesor de la asignatura con el asesoramiento del departamento de orientación.

Adaptaciones curriculares significativas (ACS).

Van dirigidas al alumnado con Necesidades Educativas Especiales (NEE) que:

- presenta un desfase curricular de al menos dos cursos entre el nivel de competencia curricular alcanzado y el curso en que se encuentra escolarizado.
- presenta limitaciones funcionales derivadas de discapacidad física o sensorial que imposibilitan la adquisición de los objetivos y criterios de evaluación en determinadas áreas o materias no instrumentales.

Suponen modificaciones en la programación didáctica que afectarán a la consecución de objetivos y criterios de evaluación, pudiendo implicar la eliminación y/o modificación de objetivos y

criterios de evaluación de la asignatura a adaptar. Se realizarán siempre buscando el máximo desarrollo de las competencias clave.

Estas adaptaciones requerirán que el informe de evaluación psicopedagógica del alumno o alumna recoja la propuesta de aplicación de esta medida.

Su elaboración y seguimiento se llevará a cabo por el profesorado especializado para la atención del alumnado con NEE en colaboración con el profesor de la asignatura en cuestión, contando con el asesoramiento del departamento de orientación.

Adaptaciones curriculares para el alumnado con altas capacidades intelectuales (ACAI).

Dirigidas a alumnado con NEAE por presentar altas capacidades intelectuales. Están destinadas a promover el desarrollo pleno y equilibrado de este alumnado contemplando propuestas curriculares de profundización y /o ampliación.

La propuesta curricular de profundización supone la modificación de la programación didáctica para enriquecer el currículo sin modificar los criterios de evaluación. La propuesta de ampliación supone la modificación de la programación didáctica incluyendo criterios de evaluación de niveles educativos superiores, pudiendo proponerse el cursar una o varias asignaturas del nivel inmediatamente superior.

Estas adaptaciones requerirán que el informe de evaluación psicopedagógica determine la idoneidad de la puesta en marcha de la medida.

Su elaboración se realizará conjuntamente entre el tutor y el profesor de la asignatura en cuestión, siendo éste el responsable de la propuesta curricular. Para su aplicación y seguimiento colaborarán conjuntamente tutor, profesor de la asignatura adaptada, departamento de orientación y jefatura de estudios para las decisiones organizativas que fuesen necesarias.

Además de lo anterior, en Educación física también debemos tener en cuenta las siguientes casuísticas respecto a las posibles lesiones:

a) Alumnos con lesión total permanente

- Presentará un certificado médico y asistirá a clase.
- Evaluación de los contenidos teóricos como los demás.
- Colaboración con el profesor y los compañeros de la siguiente manera:
 - Realizará los trabajos teóricos grupales
 - Dirigirá el calentamiento cuando le corresponda.
 - Actuará de árbitro en los juegos.
 - Hará de responsable de grupo.
 - Podrá participar en algunas clases prácticas siempre y cuando no sea perjudicial ni contraindicada para con su tipo de lesión.
 - Realizará el cuaderno de clase y actividades que compensen la práctica que no podrá realizar

b) Alumnos con lesión parcial permanente:

- Presentará certificado médico especificando ejercicios contraindicados e indicados y que debe realizar.
- Evaluación de los contenidos teóricos y de los prácticos que pueda realizar.

- Colaborará de la misma forma que los alumnos del apartado anterior en el caso de prácticas que no pueda realizar.
- c) Alumnos con lesión temporal
- Prescripción del médico del tiempo de reposo y de recuperación.
 - Evaluación normal si el tiempo de reposo y de recuperación no es amplio.
 - Colaboración con el profesor y los compañeros durante el tiempo de reposo.
 - Realización de tareas y actividades que compensen la ausencia en los días de práctica (recogida de la ficha de la sesión y propuestas de variantes de las actividades realizadas).

8. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES

Dada la situación actual en la que nos encontramos por el COVID-19, se suprimen todas las actividades complementarias y extraescolares previstas. Sólo en caso de recibir instrucciones de plena normalidad se retomaría alguna de las mismas en la tercera evaluación y siempre bajo los principios y medidas de seguridad. Llegada la hora se especificarían cuáles serían las actividades elegidas y programadas.

9. ACTIVIDADES DE FOMENTO DE LA LECTURA, DE LA EXPRESIÓN ORAL Y ESCRITA

- ESO: Los alumnos recibirán ocasionalmente textos sobre los que se trabajará en la lectura comprensiva y en la reflexión. Para comprobar el grado de asimilación se harán preguntas sobre el texto, tanto de forma individualizada como en grupo y se debatirá sobre los mismos. Dirigir la parte inicial de una sesión, exposiciones ante los compañeros.
- Bachillerato: Lectura de trabajos personales o en grupo, presentación a compañeros de proyectos personales o grupales, explicación de ejercicios a otros alumnos. Dirigir una sesión.

Para evaluar este tipo de actividades además del acuerdo de centro para el tratamiento de la ortografía, que se tendrá en cuenta en todo momento en esta materia, estos trabajos formarán parte de la evaluación de la asignatura.

10. COMPETENCIAS CLAVE

10.1. CONTRIBUCIÓN DE LA MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA A LA ADQUISICIÓN DE LAS COMPETENCIAS CLAVE.

La materia de **Educación física contribuye** de la siguiente manera a la **consecución** de las siete **competencias CLAVE**:

1. Competencia en comunicación lingüística (CCL): ofreciendo una amplia variedad de intercambios comunicativos verbales y de vocabulario específico (“diccionario deportivo”) y a través del lenguaje corporal, las expresiones artísticas y las interacciones que se producen.

2. Competencia matemática y competencias básicas en ciencias y tecnología (CMCT): razonamiento matemático en resultados y clasificaciones, escalas y rumbos en el deporte de

orientación, toma de pulsaciones y cálculo de la frecuencia cardíaca como indicador de la intensidad del esfuerzo, sistemas de juego en deporte. Conservación de la naturaleza, funcionamiento del cuerpo humano, adaptaciones y respuestas al ejercicio.

3. Competencia digital (CD): abordando aspectos como el acceso y la gestión de la información que se puede encontrar en Internet en el ámbito de la actividad física y deportiva, así como la creación y difusión de contenidos (infografías, videos, uso del blog, uso de App móviles...

4. Competencia aprender a aprender (CAA) potenciando las capacidades de planificación, organización, ejecución y regulación de la propia actividad física, permitiendo al alumnado diseñar así, su propio plan de acción y la adecuación para alcanzar la meta prevista, así como a la evaluación de la misma. Además, la actividad física favorece la motivación y la confianza que son factores cruciales para la adquisición de esta competencia.

5. Competencias sociales y cívicas (CSC): fomentando el respeto, la igualdad, la cooperación y el trabajo en equipo. Cumplimiento de las reglas que se establecen en los juegos y los deportes, las normas de seguridad vial, la prevención de lesiones, los primeros auxilios, etc. Todos estos elementos, propios de la Educación Física, desarrollan esta competencia y preparan al alumnado para la vida en sociedad.

6. Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (SIEP) será fomentado desde la materia otorgando al alumnado funciones de responsabilidad en la planificación y desarrollo de actividades, facilitando el ejercer roles del liderazgo y el trabajo en equipo, así como la superación personal.

7. Competencia conciencia y expresiones culturales (CEC): a través del reconocimiento y valoración de las manifestaciones culturales e históricas de la motricidad humana (el juego, el deporte, las actividades artístico-expresivas, las actividades en el medio natural, etc.) y su consideración como patrimonio cultural de los pueblos. Exploración y utilización de las posibilidades expresivas del cuerpo y el movimiento.

11. EVALUACIÓN**11.1. CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE**

Los criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables determinarán el perfil de la materia de educación física y serán el referente en la toma de decisiones de la evaluación de la misma. Este perfil está recogido para cada curso en el Anexo II de la Orden de 14 de julio de 2016 y se concretarán trimestralmente en el desarrollo de las unidades didácticas integradas de cada curso.

A continuación se muestran los criterios de evaluación por niveles y las competencias clave asociadas. En apartados posteriores (12.3 y 13.3), cuando se concreten por trimestre las unidades didácticas a desarrollar, se indicarán los estándares de aprendizaje evaluables que se trabajarán en cada una de ellas, siendo los referentes de la evaluación de las mismas.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN 1º ESO	CC
1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas en condiciones adaptadas	CMCT, CAA, CSC, SIEP
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos, identificando el ritmo, el tiempo, el espacio y la intensidad.	CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	CMCT, CAA, CSC, SIEP
4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, como la frecuencia cardiaca y la frecuencia respiratoria aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.	CMCT, CAA
5. Participar en juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de interés por la mejora y relacionando los fundamentos de la higiene postural con la salud.	CMCT, CAA
6. Identificar las fases de la sesión de actividad físico-deportiva y conocer aspectos generales del calentamiento y la fase final de la sesión, participando activamente en ellas.	CMCT, CAA, CSC
7. Reconocer las posibilidades de las actividades físicas y artístico-expresivas como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones.	CAA, CSC, SIEP
8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno, facilitando conocer y utilizar espacios urbanos y naturales del entorno próximo para la práctica de actividades físico-deportivas.	CMCT, CAA, CSC

9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, conociendo y respetando las normas específicas de las clases de Educación Física.	CCL, CSC
10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios.	CCL, CD, CAA
11. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.	CMCT, CAA, CSC, SIEP
12. Recopilar y practicar juegos populares y tradicionales de Andalucía	CCL, CD, CAA, CSC, CEC.
13. Redactar y analizar una autobiografía de actividad física y deportiva.	CCL, CD, CAA

CRITERIOS DE EVALUACIÓN 2º ESO	CC
1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.	CMCT, CAA, CSC, SIEP
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.	CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes, teniendo en cuenta la toma de decisiones y las fases del juego.	CMCT, CAA, CSC, SIEP
4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de actividades físicas, y las posibilidades de la relajación y la respiración como medios de recuperación, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.	CMCT, CAA
5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, facilitando un incremento del nivel de la condición física y motriz, la prevención de lesiones, la mejora postural y mostrando una actitud de mejora.	CMCT, CAA
6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, reconociéndolas con las características de las mismas.	CMCT, CAA, CSC
7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, autorregulación, y como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones.	CAA, CSC, SIEP
8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas en el medio urbano y natural como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.	CMCT, CAA, CSC

9. Reconocer y prevenir las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas de seguridad en su desarrollo.	CCL, CSC
10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.	CCL, CD, CAA
11. Elaborar trabajos sobre igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva, rechazando prejuicios y estereotipos discriminatorios.	CCL, CD, CAA, CSC, CEC
12. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.	CMCT, CAA, CSC, SIEP

CRITERIOS DE EVALUACIÓN 3º ESO	CC
1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.	CMCT, CAA, CSC, SIEP
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.	CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC
3. Resolver con éxito situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	CMCT, CAA, CSC, SIEP
4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.	CMCT, CAA
5. Desarrollar las capacidades físicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.	CMCT, CAA
6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física relacionándolas con las características de las mismas.	CMCT, CAA, CSC
7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artísticoexpresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus diferencias y aportaciones.	CAA, CSC, SIEP
8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.	CMCT, CAA, CSC
9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.	CCL, CSC
10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante,	CCL, CD, CAA

elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.	
11. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.	CMCT, CAA, CSC, SIEP

CRITERIOS DE EVALUACIÓN 4º ESO	CC
1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnico-tácticos en las actividades físico-deportivas propuestas, con eficacia y precisión.	CMCT, CAA, CSC, SIEP
2. Componer y presentar montajes individuales y colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva.	CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico-deportivas propuestas, tomando y ejecutando la decisión más eficaz en función de los objetivos.	CMCT, CAA, CSC, SIEP
4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física y motriz, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud.	CMCT, CAA
5. Mejorar o mantener los factores de la condición física y motriz, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud.	CMCT, CAA
6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos.	CMCT, CAA, CSC
7. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos deportivos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de personas implicadas.	CAA, CSC, SIEP
8. Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida.	CAA, CSC, CEC
9. Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno.	CMCT, CAA, CSC
10. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la salud y la seguridad de las personas participantes.	CCL, CSC
11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las discrepancias e inseguridades y apoyando a las demás personas ante la resolución de situaciones menos conocidas.	CCL, CAA, CSC, SIEP
12. Utilizar eficazmente las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando resultados y conclusiones en el soporte más adecuado.	CCL, CD, CAA

13. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.	CMCT, CAA, CSC, SIEP
--	----------------------

CRITERIOS DE EVALUACIÓN 1º BACHILLERATO	CC
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
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 física que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas.	CMCT, CAA, SIEP
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, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la actividad física.	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 físicas 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 y a sí misma, a las demás personas y al entorno en el marco de la actividad física.	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 físicas en la naturaleza, estableciendo un plan de seguridad y emergencias.	CMCT, CAA, CSC, SIEP

11.2. TIPOS DE EVALUACIÓN

La evaluación es un proceso continuo que requiere atención en todo momento. Se establecen tres fases a lo largo del curso:

Fase 1: Evaluación inicial

Para la determinación del nivel de competencia curricular del alumnado, dedicaremos algunas actividades a la evaluación dentro de la UDI nº 1 con el fin de realizar una correcta evaluación inicial y adaptar la programación al alumnado. Este proceso nos ayudará a determinar en qué casos es necesario realizar adaptaciones. Los principales medios que utilizaremos en la evaluación inicial son:

- Circuitos de habilidades y destrezas.
- Tests físicos modificados.
- Juegos pre-deportivos con balón.
- Juegos de representación.
- Juego de pistas.

Fase 2: Evaluación formativa o progresiva

Este proceso permitirá que el alumnado y el profesor tengan un constante conocimiento del desarrollo de los aprendizajes. Se pretende una retroalimentación efectiva y funcional, de modo que cada persona identifique sus posibles carencias y trabaje para corregirlas. Se realizará mediante los procedimientos de evaluación.

Fase 3: Evaluación final o sumativa.

Establece los resultados al término del proceso de aprendizaje en cada periodo formativo. Se realizarán tres, una al final de cada trimestre. Para ello utilizaremos los procedimientos e instrumentos de evaluación.

En septiembre habrá una convocatoria extraordinaria para aquellos alumnos/as que no hayan superado la materia. Consistirá en pruebas teórico-prácticas sobre los contenidos trabajados durante el curso.

11.3. PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACION

Los instrumentos y procedimientos que utilizaremos se recogen en la publicación de Blázquez (2010), la cual clasifica los procedimientos en tres grandes grupos que a su vez llevan asociados todo un conjunto de instrumentos.

Tabla 19. Procedimientos e instrumentos de evaluación.

Procedimientos	Ámbitos	Instrumentos
Experimentación	Motriz y Social	Circuito de habilidades, sociograma, ludograma, evaluación inteligencias múltiples (emocional).
Observación del comportamiento motor	Motriz, Social y Cognitivo	Lista de control, escala numérica, rúbrica, escala descriptiva, hoja de observación sistemática, ficha de autoevaluación, coevaluación y evaluación compartida.

Producciones de alumnos	Cognitivo y Social	Cuaderno del profesor (observación directa-registro anecdótico), portafolio, vídeos, diario del alumnado, pruebas objetivas.
-------------------------	--------------------	--

En relación a la participación del alumnado en la evaluación de su propio proceso de aprendizaje, se fomentará una evaluación compartida, promoviendo la autoevaluación del alumnado (Anexo II de la Orden de 14 de julio de 2016).

En el caso que haya alumnos que precisen una respuesta educativa diferente a la ordinaria, podremos diversificar los instrumentos e instrumentos de evaluación; por ejemplo, en el caso de alumnos que tengan dificultades para la práctica física (lesión, enfermedad, patología...). En todo caso, la colaboración con el tutor y la familia será el punto de partida para adaptar la UDI a sus dificultades.

11.4. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

- **ESO**

- La calificación de cada UDI será el resultado de la suma de cada estándar ponderado (media ponderada de los estándares trabajados en la unidad).
- La calificación del trimestre será la media aritmética de la calificación de las unidades correspondiente al mismo.
- La calificación final del curso será la media aritmética de los tres trimestres.

Dado el carácter continuo de la evaluación, los alumnos tendrán varias oportunidades para superar las tareas, y en caso de evaluación negativa en alguna unidad, los estándares no superados se podrán recuperar en unidades posteriores.

- Sistema de aproximación para el cálculo de la nota trimestral: la nota de cada UDI (media ponderada de los estándares trabajados en la unidad) se aproximará a dos decimales, de igual forma que la nota media trimestral. Para su cumplimentación en Séneca, en caso de que la parte decimal sea igual o superior a 0,5 se tomará el valor entero inmediatamente superior, y en caso de que el valor decimal sea inferior a 0,5 se tomará el valor inmediatamente inferior.
- Sistema de aproximación para el cálculo de la nota final: la nota final del curso se calculará como media aritmética de la calificación, con dos decimales, obtenida en cada trimestre. El sistema de aproximación para el cálculo de la nota final, que se incorporará al sistema de información Séneca será el resultado obtenido de aplicar la media anterior se redondeará a un valor entero, en caso de que la parte decimal sea igual o superior a 0,5 se tomará el valor entero inmediatamente superior, y en caso de que el valor decimal sea inferior a 0,5 se tomará el valor inmediatamente inferior.

Se considerará aprobado al alumno que obtenga una nota, ya redondeada, igual o superior a cinco (5) (Suficiente).

Aspectos importantes a considerar: cuando un alumno utilice cualquier tipo de medio para falsificar los conocimientos que debe demostrar en una prueba (lo que comúnmente se denomina

copiar), le supondrá la retirada automática del examen y por lo tanto se considerará suspensa dicha prueba con cero puntos.

- **BACHILLERATO**

- La calificación de cada UDI será el resultado de la suma de cada estándar ponderado (media ponderada de los estándares trabajados en la unidad).
- La calificación del trimestre será la media aritmética de la calificación de las unidades correspondiente al mismo.
- La calificación final del curso será la media aritmética de los tres trimestres.

Dado el carácter continuo de la evaluación, los alumnos tendrán varias oportunidades para superar las tareas, y en caso de evaluación negativa en alguna unidad, los estándares no superados se podrán recuperar en unidades posteriores.

- Sistema de aproximación para el cálculo de la nota trimestral: la nota de cada UDI (media ponderada de los estándares trabajados en la unidad) se aproximará a dos decimales, de igual forma que la nota media trimestral. Para su cumplimentación en Séneca, en caso de que la parte decimal sea igual o superior a 0,5 se tomará el valor entero inmediatamente superior, y en caso de que el valor decimal sea inferior a 0,5 se tomará el valor inmediatamente inferior.
- Sistema de aproximación para el cálculo de la nota final: la nota final del curso se calculará como media aritmética de la calificación, con dos decimales, obtenida en cada trimestre. El sistema de aproximación para el cálculo de la nota final, que se incorporará al sistema de información Séneca será el resultado obtenido de aplicar la media anterior se redondeará a un valor entero, en caso de que la parte decimal sea igual o superior a 0,5 se tomará el valor entero inmediatamente superior, y en caso de que el valor decimal sea inferior a 0,5 se tomará el valor inmediatamente inferior.

Se considerará aprobado al alumno que obtenga una nota, ya redondeada, igual o superior a cinco (5) (Suficiente).

Aspectos importantes a considerar: cuando un alumno utilice cualquier tipo de medio para falsificar los conocimientos que debe demostrar en una prueba (lo que comúnmente se denomina copiar), le supondrá la retirada automática del examen y por lo tanto se considerará suspensa dicha prueba con cero puntos.

11.5. MECANISMOS DE RECUPERACIÓN

La evaluación será continua; el alumno que no supere una evaluación la recuperará aprobando la siguiente evaluación (siempre que supere aquellos estándares que causaron la evaluación negativa). La atención al alumno que debe recuperar será individualizada y atendiendo a los criterios y estándares de aprendizajes no superados, los cuales por el carácter de la asignatura se trabajarán en posteriores unidades (en el caso de que esto no ocurra, se le indicará las tareas y acciones para superarlos).

11.6. EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

a) EVALUACIÓN DEL PROCESO DE APRENDIZAJE

La evaluación es un proceso continuo que requiere atención en todo momento. Se establecen tres fases a lo largo del curso: evaluación inicial, evaluación formativa o progresiva y evaluación final o sumativa, ya mencionadas anteriormente.

b) EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA

Para contrastar la efectividad del trabajo realizado, se hace necesaria una lista de control, contestada reflexivamente por el profesor, que permita:

- Verificar la consecución de los objetivos.
- Verificar la adecuación de los contenidos y actividades propuestas.
- Validar la metodología empleada.
- Validar los criterios de evaluación y de los instrumentos empleados para ello.
- Valorar la adecuación de las medidas de atención a la diversidad (ampliación, refuerzo y alumnos con necesidad específica de apoyo educativo).

Además, se quiere contar con la **visión del alumnado**, mediante un cuestionario que se entregará al final del trimestre y el que se valorarán aspectos como:

- Labor del profesor
- Relación profesor-alumno
- Actividades realizadas
- Claridad en la presentación de las tareas y las explicaciones
- Adecuación de los contenidos a sus capacidades
- Adecuación de la evaluación al trabajo realizado
- Material utilizado
- Satisfacción con lo aprendido
- Propuestas de mejora

11.7 Propuestas de mejora.

A priori y sin haber realizado ninguna evaluación es difícil establecer propuestas de mejora realistas y concretas para nuestros grupos de trabajo, algunas propuestas de mejora generales podrías ser las siguientes:

- Tener una mayor comunicación con los padres a través de la agenda, sobre todo en los grupos de 1º y 2º de la ESO.
- Que los grupos sean más homogéneos (un número entre 20-25 sería lo ideal).
- Mantener el orden y el buen ambiente en la clase para favorecer el aprendizaje.

- La práctica de algún contenido no se puede dar correctamente por no tener el material suficiente o adecuado.

II. ENSEÑANZA SECUNDARIA OBLIGATORIA

12. OBJETIVOS

12.1. OBJETIVOS DE ETAPA

Según el artículo 23 de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación y refrendada por la Ley Orgánica 8/2013 para la Mejora de la Calidad Educativa de 9 de diciembre de 2013, la Educación Secundaria Obligatoria contribuirá a desarrollar en los alumnos y las alumnas las capacidades que les permitan:

a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a los demás, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.

b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.

c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres.

d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.

e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Adquirir una preparación básica en el campo de las tecnologías, especialmente las de la información y la comunicación.

f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.

g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.

h) Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana y, si la hubiere, en la lengua cooficial de la Comunidad Autónoma, textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.

i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.

j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de los demás, así como el patrimonio artístico y cultural.

k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.

l) Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación

Por otro lado, según el **Decreto 111/2016** que amplía el anterior para nuestra comunidad autónoma, la Educación Secundaria Obligatoria contribuirá a desarrollar en el alumnado los saberes, las capacidades, los hábitos, las actitudes y los valores que les permitan alcanzar, además de los objetivos enumerados anteriormente, los siguientes:

a) Conocer y apreciar las peculiaridades de la modalidad lingüística andaluza en todas sus variedades.

b) Conocer y apreciar los elementos específicos de la historia y la cultura andaluza, así como su medio físico y natural y otros hechos diferenciadores de nuestra Comunidad, para que sea valorada y respetada como patrimonio propio y en el marco de la cultura española y universal.

12.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LAS MATERIAS:

La enseñanza de la Educación física tendrá como objetivo contribuir a desarrollar en el alumnado las siguientes capacidades: La enseñanza de la Educación Física en Enseñanza Secundaria Obligatoria tendrá como finalidad el desarrollo de los siguientes objetivos:

1. Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.

2. Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre las mismas de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.

3. Desarrollar y consolidar hábitos de vidas saludables, prácticas 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.

4. Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.

5. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.

6. Planificar, interpretar y valorar acciones motrices de índole artístico-creativas, expresiva y comunicativa de carácter tanto individual como grupal, utilizando el cuerpo como medio de comunicación y expresión, reconociéndolas como formas de creación, expresión y realización personal y prácticas de ocio activo.

7. Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas tanto individuales como colectivas, en situaciones de oposición y en situaciones de colaboración con y sin oponentes, practicadas a lo largo de la etapa.

8. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la realización de actividades físicas, adoptando medidas preventivas y de seguridad, y activando, en caso necesario, los protocolos de actuación ante situaciones de emergencia.

9. Valorar la riqueza de los entornos naturales y urbanos de Andalucía así como la necesidad de su cuidado y conservación a través del uso y disfrute de los mismos mediante la práctica en ellos de distintas actividades físicas.

10. Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad física, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.

11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.

12. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación para recabar, presentar y compartir información sobre diferentes aspectos relacionados con la actividad física y el deporte, incluyendo su propia actividad, contrastando y citando las fuentes consultadas.

12.3. CONTENIDOS

1º ESO	
BLOQUE 1	Salud y calidad de vida.
	<ul style="list-style-type: none"> - Características de las actividades físicas saludables. - La alimentación y la salud. - Fomento y práctica de la higiene personal en la realización de actividades físicas. - Fomento y práctica de fundamentos de higiene postural. - Técnicas básicas de respiración y relajación. - La estructura de una sesión de actividad física. - El calentamiento general, la fase final y su significado en la práctica de la actividad física. - Fomento de actitudes y estilos de vida sanos y activos relacionados con el ocio y la vida cotidiana. - Fomento del desplazamiento activo en la vida cotidiana. Las normas en las sesiones de Educación Física. - Vestimenta, higiene, hidratación, etc. en la práctica de ejercicio físico. - Uso responsable de las tecnologías de la información y la comunicación para consultar y elaborar documentos digitales propios (textos, presentación, imagen, vídeo, web, etc.)
BLOQUE 2	Condición física y motriz
	<ul style="list-style-type: none"> - Concepto y clasificación de las capacidades físicas básicas y motrices. - Acondicionamiento físico general a través del desarrollo de las cualidades físicas relacionadas con la salud. - Juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices. - Indicadores de la intensidad de esfuerzo y factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz. - La frecuencia cardíaca y frecuencia respiratoria. - Las habilidades motrices genéricas como tránsito a las específicas.
BLOQUE 3	Juegos y deportes.
	<ul style="list-style-type: none"> - Juegos predeportivos. - Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas. - Desarrollo de las habilidades gimnásticas deportivas y artísticas. - Equilibrios individuales, por parejas y por grupos, volteos, saltos, etc.

<ul style="list-style-type: none"> - Principios tácticos comunes de las actividades físico-deportivas de colaboración, oposición y oposición-colaboración. - Línea de pase, creación y ocupación de espacios, etc. - La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición. - Objetivos del juego de ataque y defensa. Juegos alternativos, como por ejemplo: hockey escolar, ultimate, rugby escolar, etc. - Juegos cooperativos. Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad como participantes en actividades físico-deportivas. - Aceptación del propio nivel de ejecución y disposición a la mejora. - Desarrollo de habilidades de trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual. - La actividad física y la corporalidad en el contexto social. - Los juegos populares y tradicionales de Andalucía.

BLOQUE 4	Expresión corporal
<ul style="list-style-type: none"> - Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad. - El cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión. - Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas. Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc. - Improvisaciones colectivas e individuales como medio de comunicación y expresión. - Integración del ritmo como elemento fundamental del movimiento. - Disposición favorable a la participación en las actividades de expresión corporal. - Juegos rítmicos, malabares, combas, etc. 	

BLOQUE 5	Actividad física en el medio natural
<ul style="list-style-type: none"> - Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre, como por ejemplo juegos de trepa, marcha, marcha nórdica, etc. - Técnicas de progresión en entornos no estables. Senderismo, descripción, tipos de senderos, material, vestimenta necesaria, etc. - Uso de forma responsable de espacios deportivos equipados, espacios urbanos y espacios naturales del entorno próximo. - Instalaciones deportivas, parques, senderos, carriles-bici, etc. - Respeto por el medio ambiente y valoración del mismo como lugar rico en recursos para la realización de actividades físicas recreativas. 	

2º ESO	
BLOQUE 1	Salud y calidad de vida
<ul style="list-style-type: none"> - Incorporación de actividades físicas saludables a la vida cotidiana. Características de las actividades físicas saludables. - Actitud crítica hacia a las prácticas físicas con efectos negativos para la salud. 	

	<ul style="list-style-type: none"> - El descanso y la salud. Técnicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana. - Fomento y práctica de la higiene y los hábitos de vida saludables. - Toma de conciencia de los hábitos perjudiciales para la salud y la calidad de vida: tabaco, alcohol, drogas, sedentarismo, etc. - Prácticas de los fundamentos de la higiene postural en la realización de actividades físicas como medio de prevención de lesiones. - El calentamiento general y específico. Las lesiones y el riesgo potencial de la práctica de actividades físicas y artístico-expresivas. - Toma de conciencia y análisis de los prejuicios y estereotipos asociados a la práctica de actividad físico-deportiva. - La igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva. - Uso responsable de las tecnologías de la información y de la comunicación para la elaboración de documentos digitales propios como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.
BLOQUE 2	Condición física y motriz
	<ul style="list-style-type: none"> - Capacidades físicas y motrices en las diferentes actividades físicas y artístico-expresivas. - Indicadores de la intensidad de esfuerzo. - Factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz. - Efectos de la práctica de actividad física en la condición física y motriz. - Actividades y ejercicios para el desarrollo de la condición física y motriz desde un enfoque saludable. - Su relación con el momento de aprendizaje y desarrollo motor y la mejora en las condiciones de salud. - Control de la intensidad de esfuerzo. - Práctica de procedimientos de evaluación de los factores de la condición física.
BLOQUE 3	Juegos y deportes.
	<ul style="list-style-type: none"> - Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas básicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas. - Habilidades atléticas, carreras, saltos y lanzamientos. - Fundamentos tácticos básicos y reglamentarios de las actividades físico-deportivas de colaboración, oposición y colaboración-oposición. - Las fases del juego en los deportes colectivos. La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición seleccionadas. - Estímulos que influyen en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración-oposición, para cumplir el objetivo de la acción. - La oportunidad de las soluciones aportadas ante situaciones motrices planteadas y su aplicabilidad a otras situaciones similares. - Situaciones reducidas de juego. Juegos populares y tradicionales. Juegos alternativos y predeportivos. - Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador o espectadora.

- Respeto y aceptación de las normas en los deportes de adversario y de las establecidas por el grupo.
- Desarrollo de habilidades del trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.

BLOQUE 4	Expresión corporal
-----------------	--------------------

- Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad.
- El cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión corporal.
- Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas.
- Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc.
- El mimo y el juego dramático. Control de la respiración y la relajación en las actividades expresivas.
- Los bailes y danzas como manifestación artístico-expresiva. Bailes tradicionales de Andalucía.
- Aceptación de las diferencias individuales y respeto ante la expresión de las demás personas.

BLOQUE 5	Actividad física en el medio natural.
-----------------	---------------------------------------

- Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.
- Técnicas de progresión en entornos no estables.
- Técnicas básicas de orientación. Interpretación de la simbología, identificación mapa-terreno/terreno-mapa, orientación del mapa, recorridos guiados, etc. Juegos de pistas y orientación.
- Respeto al entorno como lugar común para la realización de actividades físicas, y la necesidad de conservarlo.
- Práctica de actividades físico-deportivas urbanas como por ejemplo: skate, parkour, patines, etc.
- El fomento de los desplazamientos activos tanto al centro como en la vida cotidiana.
- Sensibilización hacia las normas de seguridad en los desplazamientos a pie o en bicicleta en entornos urbanos y naturales.

3º ESO	
---------------	--

BLOQUE 1	Salud y calidad de vida
-----------------	-------------------------

- Valoración y fomento de la práctica habitual de la actividad física para la mejora de la propia condición física y motriz, y de la calidad de vida.
- Características de las actividades físicas saludables. Reconocimiento de los efectos positivos de la actividad física sobre los aparatos y sistemas del cuerpo humano y los riesgos y contraindicaciones de la práctica física.
- La alimentación, la actividad física y la salud. Los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física.
- La recuperación tras el esfuerzo. Técnicas de recuperación. Ejecución de métodos y técnicas de relajación como medio para liberar tensiones.

	<ul style="list-style-type: none"> - Actitud crítica con las prácticas que tienen efectos negativos para la salud. Fomento y práctica de la higiene personal y los hábitos de vida saludables. - Toma de conciencia de los hábitos perjudiciales para la salud y la calidad de vida: tabaco, alcohol, drogas, sedentarismo, etc. - Prácticas de los fundamentos de higiene postural en la realización de actividades físicas como medio de prevención de lesiones. - Elaboración y puesta en práctica de calentamientos aplicados a una actividad física específica. - La responsabilidad y el respeto a las normas y a las demás personas como elementos determinantes en la consecución de objetivos grupales y la convivencia pacífica. - Actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física en el contexto social actual. - El fomento de los desplazamientos activos. Protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno. - Norma P.A.S., soporte vital básico. - Uso responsable de las tecnologías de la información y de la comunicación para la elaboración de documentos digitales propios como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.
BLOQUE 2	Condición física y motriz
	<ul style="list-style-type: none"> - Las capacidades físicas y motrices en las diferentes actividades físicas y artístico-expresivas. - Indicadores de la intensidad del esfuerzo y factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz. - Procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física y motriz. - Pruebas para medir las capacidades físicas y las capacidades motrices. - Práctica autónoma de métodos básicos para el desarrollo de las capacidades físicas y motrices enfocados hacia la salud y la vida activa. - La condición física y motriz y su relación con el momento de aprendizaje y desarrollo motor.
BLOQUE 3	Juegos y deportes
	<ul style="list-style-type: none"> - Fundamentos técnicos-tácticos básicos y habilidades motrices específicas básicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas seleccionadas. - Deportes de raqueta como por ejemplo: bádminton, pádel, tenis de mesa, palas, etc. Juegos populares y tradicionales. - Juegos alternativos y predeportivos. Los golpes. El interés y la motivación como medio para la mejora en la práctica de actividades físico-deportivas. - La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición seleccionadas. Puestos específicos. - La oportunidad de las soluciones aportadas ante situaciones motrices planteadas y su aplicabilidad a otras situaciones similares. Situaciones reales de juego. - Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador o espectadora. - Análisis de situaciones del mundo deportivo real. Desarrollo de habilidades de trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.

	<ul style="list-style-type: none"> - Procedimientos básicos de evaluación de la propia ejecución con respecto a un modelo técnico-táctico. - La actividad física y la corporalidad en el contexto social. - Orígenes del deporte e historia de los Juegos Olímpicos. El deporte en Andalucía.
BLOQUE 4	Expresión corporal
	<ul style="list-style-type: none"> - Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad. - El cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión corporal. - Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas. - Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc. - Creación y puesta en práctica de secuencias de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado. - Improvisación individual y colectiva como medio de comunicación espontánea. - Participación creativa en montajes artístico-expresivos y ajustada a la intencionalidad de estos. - El baile y la danza como manifestación artístico-expresiva. Ejecución de bailes de práctica individual, por parejas o colectivos, como por ejemplo bailes de salón, danzas del mundo, bailes latinos, etc. - Creación en colaboración y ejecución de composiciones coreográficas individuales y colectivas con apoyo de una estructura musical. - Disposición favorable a la participación en las actividades de expresión corporal.
BLOQUE 5	Actividad física en el medio natural
	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. - Técnicas de progresión en entornos no estables. - Técnicas básicas de orientación. - Elección de ruta, lectura continua, relocalización. - Estudio de la oferta de actividades y aprovechamiento de las posibilidades que ofrece el entorno cercano para la realización de actividades físicas. - Actividades y juegos en la naturaleza como por ejemplo de escalada, con cuerdas, cabuyería, etc. - Fomento de medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable. - Respeto al entorno como lugar común para la realización de actividades físicas, y la necesidad de conservarlo.

4º ESO	
BLOQUE 1	Salud y calidad de vida
<ul style="list-style-type: none"> - Características y beneficios de las actividades físicas saludables para la salud individual y colectiva. - La tonificación y la flexibilidad como compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes. - Actitud crítica con los hábitos de vida perjudiciales para la salud como por ejemplo el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas, trastornos de alimentación, etc. - La alimentación y la hidratación para la realización de diferentes tipos de actividades físicas. - La dieta mediterránea como base tradicional de la alimentación andaluza. Hábitos adecuados de actividad física, regular, sistemática y autónoma, con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida. - Implicaciones de la actividad física principal de la sesión sobre las fases de activación y de vuelta a la calma. - Realización autónoma de calentamiento y la vuelta a la calma en una sesión teniendo en cuenta la dificultad o intensidad de tarea y la competencia motriz. - Colaboración en la planificación de actividades grupales y coordinación con las acciones del resto de las personas implicadas. - El valor cultural de la actividad física como medio para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con las demás personas. - Las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física. - Protocolos de actuación ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físicas y en la vida cotidiana. - Desarrollo de habilidades del trabajo en grupo: el intercambio de ideas a partir de la argumentación y el diálogo, valoración de las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo, etc. - Informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos. - Las tecnologías de la información y la comunicación como medio de profundizar en contenidos del curso. - Análisis crítico de la información e ideas en los soportes y en entornos apropiados. 	
BLOQUE 2	Condición física y motriz
<ul style="list-style-type: none"> - Sistemas para desarrollar las capacidades físicas y motrices orientados a la mejora de la salud. - La condición física y la salud en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz. - Las capacidades motrices como base para el aprendizaje y mejora de las habilidades motrices específicas. - Las capacidades físicas y motrices en la realización de los diferentes tipos de actividad física. 	

BLOQUE 3	Juegos y deportes
<ul style="list-style-type: none"> - Habilidades específicas propias de situaciones motrices individuales y colectivas elegidas. - Juegos populares y tradicionales. Juegos alternativos. - La seguridad y el propio nivel de ejecución en las actividades físico- deportivas. - Habilidades y estrategias específicas de las actividades de oposición, cooperación y colaboración- oposición, en función de distintos factores en cada caso: de las acciones del adversario o adversaria, de entre las propias del entorno, de los intereses del alumnado, de las intervenciones del resto de participantes, del intercambiando de los diferentes papeles con continuidad, del objetivo, etc. - La percepción y toma de decisiones ante situaciones motrices variadas en función de las posibilidades de éxito de las mismas, y su relación con otras situaciones. - Los procesos de percepción y de toma de decisión implicados en los diferentes tipos de situaciones motrices. - Habilidades y estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores. - Las características de cada participante. Los factores presentes en el entorno. - Organización y realización de eventos en los que se practiquen deportes y/o actividades físicas realizadas a lo largo de la etapa. - Actuaciones e intervenciones de las personas participantes en las actividades físico-deportivas reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias. - Actitud crítica ante los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como de espectador o espectadora. 	
BLOQUE 4	Expresión corporal
<ul style="list-style-type: none"> - Creación y realización de composiciones de carácter artístico-expresivo que integren técnicas de expresión corporal. - Creación y realización de montajes artístico-expresivos que combinen los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con las demás personas. - Diseño y realización de los montajes artístico-expresivos como por ejemplo: acrosport, circo, musicales, etc. 	
BLOQUE 5	Actividad física en el medio natural
<ul style="list-style-type: none"> - Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre, como por ejemplo: escalada, vela, kayaks, etc. - Técnicas de progresión o desplazamiento en entornos cambiantes en el entorno de Andalucía. - La seguridad individual y colectiva en actividades físicas en entornos cambiantes. Propuestas creativas de utilización de espacios y materiales de manera autónoma y segura. - Aprendizaje del manejo de equipos personales y técnicas de mantenimiento como por ejemplo la mecánica básica de la bicicleta como condiciones de una práctica segura. - Uso de materiales reciclados en la práctica de actividades físicas en el medio natural. - Fomento de los desplazamientos activos. 	

- Sensibilización de los efectos de las diferentes actividades físicas realizadas en el medio natural y su relación con la forma de vida, la salud y la calidad de vida.
- Fomento de hábitos y actitudes de conservación, cuidado, respeto y protección del medio natural y urbano.

Secuenciación y temporalización de contenidos

1º ESO		Nº sesiones
1º TRIMESTRE	UDI 1: PRESENTACIÓN Y TOMA DE CONTACTO	4
	UDI 2: CONDICIÓN FÍSICA	8
	UDI 3: HACIENDO MALABARES	4
	UDI 4: ESTILO DE VIDA SALUDABLE	6
	UDI 5: JUEGOS ATLÉTICOS	4
2º TRIMESTRE	UDI 6: JUEGOS PREDEPORTIVOS	6
	UDI 7: BALONCESTO/ ALTERNATIVA BEISBOL	7
	UDI 8: DEPORTES ALTERNATIVOS	7
	UDI 9: VOLEIBOL/ ALTERNATIVA FÚTBOL SALA	8
3º TRIMESTRE	UDI 10: ACROSPORT	6
	UDI 11: JUEGOS PARA NO OLVIDAR	6
	UDI 12: MI CUERPO SE EXPRESA	6

UDI 1. PRESENTACIÓN Y TOMA DE CONTACTO.				
<ul style="list-style-type: none"> - Juegos de presentación. – Retos cooperativos a distancia. - Juegos de desinhibición. – Multideporte. 			Competencias CCL, CMCT, CAA, CSC, SIEP, CEC	
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
6	2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos, identificando el ritmo, el tiempo, el espacio y la intensidad. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.	2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.	Registro anecdótico.	20%
7	3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. CMCT, CAA, CSC, SIEP.	3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.	Registro anecdótico.	20%
11	7. Reconocer las posibilidades de las actividades físicas y artístico-expresivas como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. CAA, CSC, SIEP	7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.	Registro anecdótico.	20%
		7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.	Registro anecdótico.	20%
4	8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno, facilitando conocer y utilizar espacios urbanos y naturales del entorno próximo para la práctica de actividades físico-deportivas. CMCT, CAA, CSC	8.1. Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.	Registro anecdótico.	20%

UDI 2. CONDICIÓN FÍSICA				
<ul style="list-style-type: none"> - Estructura de una sesión y control del esfuerzo. - Juegos y pruebas de fuerza. - Juegos y pruebas de flexibilidad. - Juegos y pruebas de velocidad. - Juegos y pruebas de resistencia. 			Competencias CCL, CMCT, CAA, CSC	
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
1	4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, como la frecuencia cardiaca y la frecuencia respiratoria aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CMCT, CAA.	4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.	Lista de control.	5%
		4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.	Registro anecdótico.	10%
		4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.	Test motores.	15%
		4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.	Lista de control.	10%
		4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.	Registro anecdótico.	5%
2, 3, 10	5. Participar en juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de interés por la mejora y relacionando los fundamentos de	5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.	Test motores.	20%
		5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.	Registro anecdótico.	15%

	la higiene postural con la salud. CMCT, CAA.	5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.	Lista de control.	10%
5	6. Identificar las fases de la sesión de actividad físico-deportiva y conocer aspectos generales del calentamiento y la fase final de la sesión, participando activamente en ellas. CMCT, CAA, CSC.	6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.	Registro anecdótico.	5%
8	9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, conociendo y respetando las normas específicas de las clases de Educación Física. CCL, CSC	9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.	Registro anecdótico.	5%

UDI 3. HACIENDO MALABARES				
<ul style="list-style-type: none"> - Realización de pelotas de malabares. - Familiarización con las pelotas. - Coordinación óculo-manual. - Movimientos con una, dos y tres pelotas. 			Competencias CMCT, CAA, CSC, SIEP	
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
7	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas en condiciones adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.	Rúbrica.	30%
		1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.	Registro anecdótico.	10%
		1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.	Rúbrica	30%
6	7. Reconocer las posibilidades de las actividades físicas y artístico-expresivas como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. CAA, CSC, SIEP.	7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.	Registro anecdótico.	10%
	8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como			
4				

	formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno, facilitando conocer y utilizar espacios urbanos y naturales del entorno próximo para la práctica de actividades físico-deportivas. CMCT, CAA, CSC.	8.2 Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la r	Registro anecdótico.	20%
--	--	--	----------------------	-----

UDI 4. ESTILO DE VIDA SALUDABLE				
<ul style="list-style-type: none"> - Alimentación y salud. - Hábitos nocivos. - Higiene postural. Juegos. Fortalecimiento y estiramientos. - Respiración y relajación. 			Competencias CCL, CMCT, CD, CAA, CSC	
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
1	4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, como la frecuencia cardiaca y la frecuencia respiratoria aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CMCT, CAA.	4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.	Lista de control.	5%
		4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.	Registro anecdótico.	10%
		4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.	Registro anecdótico.	5%
2, 3, 10	5. Participar en juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de interés por la mejora y relacionando los fundamentos de la higiene postural con la salud. CMCT, CAA.	5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.	Observación Directa.	15%
		5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.	Registro anecdótico.	10%
		5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.	Lista de control.	10%

5	6. Identificar las fases de la sesión de actividad físico-deportiva y conocer aspectos generales del calentamiento y la fase final de la sesión, participando activamente en ellas. CMCT, CAA, CSC.	6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.	Registro anecdótico.	5%
8	9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, conociendo y respetando las normas específicas de las clases de Educación Física. CCL, CSC	9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno.	Registro anecdótico.	10%
		9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.	Registro anecdótico.	10%
12	10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios. CCL, CD, CAA.	10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.	Trabajo monográfico.	20%

UDI 5. JUEGOS ATLÉTICOS				
<ul style="list-style-type: none"> - Salidas. - Velocidad y frecuencia de carrera. - Relevos. - Salto de longitud. - Lanzamiento de peso. 			Competencias CCL, CMCT, CD, CAA, CSC, SIEP	
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
7	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas en condiciones adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.	Registro anecdótico.	10%
		1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.	Lista de control.	10%
		1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.	Registro anecdótico.	10%
		1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.	Pruebas motrices.	20%
1	4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, como la frecuencia cardiaca y la frecuencia respiratoria aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CMCT, CAA.	4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.	Registro anecdótico.	10%
		4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.	Registro anecdótico.	10%

12	10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios. CCL, CD, CAA.	10.2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.	Exposición oral o examen escrito.	30%
----	---	---	-----------------------------------	-----

UDI 6. JUEGOS PREDEPORTIVOS				
<ul style="list-style-type: none"> - Juegos predeportivos: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Beisbolcesto. ➤ Pichi. ➤ Balón prisionero. 			Competencias CCL, CMCT, CD, CAA, CSC, SIEP	
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
7	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas en condiciones adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.	Lista de control.	10%
		1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.	Registro anecdótico.	10%
		1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.	Pruebas motrices.	20%
7	3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. CMCT, CAA, CSC, SIEP.	3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.	Registro anecdótico.	5%
		3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.	Registro anecdótico.	5%
11	7. Reconocer las posibilidades de las actividades físicas y artístico-expresivas como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la	7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.	Registro anecdótico.	10%

	participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. CAA, CSC, SIEP.	7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.	Registro anecdótico.	10%
8	9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, conociendo y respetando las normas específicas de las clases de Educación Física. CCL, CSC	9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.	Registro anecdótico.	10%
12	10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios. CCL, CD, CAA.	10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.	Trabajo monográfico.	20%

UDI 7. BALONCESTO				
<ul style="list-style-type: none"> - Bote. - Rebote. - Juego condicionado. - Pase. - Entrada a canasta. - Juego real. - Lanzamiento. - Táctica. 			Competencias CCL, CMCT, CD, CAA, CSC, SIEP	
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
7	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas en condiciones adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.	Pruebas Motrices.	20%
		1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.	Lista de control.	10%
		1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.	Registro anecdótico.	10%
7	3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. CMCT, CAA, CSC, SIEP.	3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.	Registro anecdótico.	10%
		3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.	Registro anecdótico.	5%
		3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.	Registro anecdótico.	5%

		3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.	Registro anecdótico.	5%
11	7. Reconocer las posibilidades de las actividades físicas y artístico-expresivas como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. CAA, CSC, SIEP.	7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.	Registro anecdótico.	10%
4	8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno, facilitando conocer y utilizar espacios urbanos y naturales del entorno próximo para la práctica de actividades físico-deportivas. CMCT, CAA, CSC.	8.3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.	Registro anecdótico.	5%
12	10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios. CCL, CD, CAA.	10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.	Trabajo monográfico.	20%

UDI 8. DEPORTES ALTERNATIVOS				
<ul style="list-style-type: none"> - Floorball.. - Colpbol. - Datchball. 			Competencias CMCT, CAA, CSC, SIEP	
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
7	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas en condiciones adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.	Registro anecdótico.	10%
		1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.	Lista de control.	10%
		1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.	Registro anecdótico.	10%
7	3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. CMCT, CAA, CSC, SIEP.	3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.	Registro anecdótico.	10%
		3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.	Registro anecdótico.	10%
		3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.	Registro anecdótico.	10%
		3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.	Registro anecdótico.	10%

11	7. Reconocer las posibilidades de las actividades físicas y artístico-expresivas como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. CAA, CSC, SIEP.	7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.	Registro anecdótico.	20%
4	8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno, facilitando conocer y utilizar espacios urbanos y naturales del entorno próximo para la práctica de actividades físico-deportivas. CMCT, CAA, CSC.	8.3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.	Registro anecdótico.	10%

UDI 9. VOLEIBOL				
<ul style="list-style-type: none"> - Reglamento. - Toque de antebrazos y de dedos. - Saque, bloqueo, remate. - Zonas de juegos. Táctica. 			Competencias CMCT, CAA, CSC, SIEP	
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
7	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas en condiciones adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.	Pruebas Motrices.	20%
		1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.	Lista de control.	10%
		1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.	Registro anecdótico.	10%
7	3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. CMCT, CAA, CSC, SIEP.	3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.	Registro anecdótico.	10%
		3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.	Registro anecdótico.	10%
		3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.	Registro anecdótico.	5%
		3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.	Registro anecdótico.	5%

11	7. Reconocer las posibilidades de las actividades físicas y artístico-expresivas como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. CAA, CSC, SIEP.	7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.	Registro anecdótico.	20%
4	8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno, facilitando conocer y utilizar espacios urbanos y naturales del entorno próximo para la práctica de actividades físico-deportivas. CMCT, CAA, CSC.	8.3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.	Registro anecdótico.	10%

UDI 10. ACROSPORT				
<ul style="list-style-type: none"> - Actividades gimnásticas y giros. - Posiciones invertidas. - Volteos. - Figuras y pirámides. - Enlaces. 			Competencias CMCT, CAA, CSC, SIEP	
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
7	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas en condiciones adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.	Registro anecdótico.	20%
		1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.	Registro anecdótico.	10%
		1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.	Lista de control.	20%
5	6. Identificar las fases de la sesión de actividad físico-deportiva y conocer aspectos generales del calentamiento y la fase final de la sesión, participando activamente en ellas. CMCT, CAA, CSC.	6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.	Registro anecdótico.	20%
11	7. Reconocer las posibilidades de las actividades físicas y artístico-expresivas como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. CAA, CSC, SIEP.	7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.	Registro anecdótico.	30%

UDI 11. JUEGOS PARA NO OLVIDAR				
<ul style="list-style-type: none"> - Juegos de desplazamiento. - Juegos por parejas. - Juegos en gran grupo. - Juegos en corro. - Juegos con objetos. 			Competencias CMCT, CAA, CSC, SIEP	
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
1	4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, como la frecuencia cardiaca y la frecuencia respiratoria aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CMCT, CAA.	4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.	Registro anecdótico.	10%
		4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.	Registro anecdótico.	10%
		4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.	Registro anecdótico.	10%
5	6. Identificar las fases de la sesión de actividad físico-deportiva y conocer aspectos generales del calentamiento y la fase final de la sesión, participando activamente en ellas. CMCT, CAA, CSC.	6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.	Trabajo monográfico.	40%
11	7. Reconocer las posibilidades de las actividades físicas y artístico-expresivas como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. CAA, CSC, SIEP.	7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.	Registro anecdótico.	20%

4	8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno, facilitando conocer y utilizar espacios urbanos y naturales del entorno próximo para la práctica de actividades físico-deportivas. CMCT, CAA, CSC.	8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.	Registro anecdótico.	10%
---	--	--	----------------------	-----

UDI 12. MI CUERPO SE EXPRESA				
<ul style="list-style-type: none"> - El cuerpo en movimiento. - Expresión corporal. - Representaciones en grupo. - Ritmo y manejo de objetos. - Danzas y composiciones sencillas. - Improvisaciones y escenificaciones. 			Competencias CCL, CMCT, CAA, CSC, SIEP, CEC	
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
6	2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos, identificando el ritmo, el tiempo, el espacio y la intensidad. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.	2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.	Registro anecdótico.	10%
		2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.	Pruebas motrices.	20%
		2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.	Pruebas motrices.	30%
		2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.	Registro anecdótico.	10%
11	7. Reconocer las posibilidades de las actividades físicas y artístico-expresivas como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. CAA, CSC, SIEP.	7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.	Registro anecdótico.	10%
4	8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno, facilitando conocer y utilizar espacios urbanos y naturales del entorno próximo para la práctica de actividades físico-deportivas. CMCT, CAA, CSC.	8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.	Registro anecdótico.	10%

8	9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, conociendo y respetando las normas específicas de las clases de Educación Física. CCL, CSC.	9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás	Registro anecdótico.	10%
---	---	--	----------------------	-----

2º ESO		Nº sesiones
1º TRIMESTRE	UDI 1: PRESENTACIÓN Y TOMA DE CONTACTO	4
	UDI 2: CUERPO Y MOVIMIENTO	8
	UDI 3: MALABARES A OTRO NIVEL	6
	UDI 4: SALUD Y CALIDAD DE VIDA	5
	UDI 5: ACTIVIDADES ATLÉTICAS	5
2º TRIMESTRE	UDI 6: JUEGOS PREDEPORTIVOS	6
	UDI 7: BALONCESTO/ ALTERNATIVA BEISBOL	8
	UDI 8: HOCKEY	6
	UDI 9: VOLEIBOL/ ALTERNATIVA FÚTBOL SALA	8
3º TRIMESTRE	UDI 10: ACTIVIDADES GIMNÁSTICAS	6
	UDI 11: JUEGOS POPULARES	6
	UDI 12: EXPRESIÓN CORPORAL	6

UDI 1. PRESENTACIÓN Y TOMA DE CONTACTO.				
<ul style="list-style-type: none"> - Juegos de presentación. - Juegos de cooperación. - Juegos de desinhibición. - Multideporte. 			Competencias CCL, CMCT, CAA, CSC, SIEP, CEC	
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
6	2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.	2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.	Registro anecdótico.	20%
7	3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes, teniendo en cuenta la toma de decisiones y las fases del juego. CMCT, CAA, CSC, SIEP.	3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.	Registro anecdótico.	20%
11	7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, autorregulación, y como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. CAA, CSC, SIEP.	7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.	Registro anecdótico.	20%
		7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.	Registro anecdótico.	20%
4	8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas en el medio urbano y natural como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno. CMCT, CAA, CSC.	8.1. Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.	Registro anecdótico.	20%

UDI 2. CUERPO Y MOVIMIENTO				
<ul style="list-style-type: none"> - Estructura de una sesión y control del esfuerzo. - Juegos y pruebas de fuerza. - Juegos y pruebas de flexibilidad. - Juegos y pruebas de velocidad. - Juegos y pruebas de resistencia. 			Competencias CCL, CMCT, CAA, CSC	
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
1		4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.	Lista de control.	5%
		4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.	Registro anecdótico.	10%
		4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.	Test motores.	15%
		4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.	Lista de control.	10%
		4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.	Registro anecdótico.	5%
2, 3, 10		5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.	Test motores.	20%
		5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.	Registro anecdótico.	15%

	lesiones, la mejora postural y mostrando una actitud de mejora. CMCT, CAA.	5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.	Lista de control.	10%
5	6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, reconociéndolas con las características de las mismas. CMCT, CAA, CSC.	6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.	Registro anecdótico.	5%
8	9. Reconocer y prevenir las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas de seguridad en su desarrollo. CCL, CSC.	9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.	Registro anecdótico.	5%

UDI 3. MALABARES A OTRO NIVEL				
<ul style="list-style-type: none"> - Realización de pelotas de malabares -Trucos y habilidades con pelotas. - Habilidades con 2 y 3 pelotas. - Coordinación con compañeros. 			Competencias CCL, CMCT, CAA, CSC, SIEP	
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
7	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.	Rúbrica	30%
		1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.	Registro anecdótico.	20%
		1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.	Rúbrica	20%
		1.5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.	Registro anecdótico.	10%
11	7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, autorregulación, y como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. CAA, CSC, SIEP.	7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.	Registro anecdótico.	20%

UDI 4. SALUD Y CALIDAD DE VIDA				
<ul style="list-style-type: none"> - Alimentación y salud. - Hábitos nocivos. - Higiene postural. Juegos. Fortalecimiento y estiramientos. - Respiración y relajación. 			Competencias CCL, CMCT, CD, CAA, CSC	
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
1	4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, y las posibilidades de la relajación y la respiración como medios de recuperación, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CMCT, CAA.	4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.	Lista de control.	5%
		4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.	Registro anecdótico.	10%
		4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.	Registro anecdótico.	5%
2, 3, 10	5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, facilitando un incremento del nivel de la condición física y motriz, la prevención de lesiones, la mejora postural y mostrando una actitud de mejora. CMCT, CAA.	5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.	Test motores.	15%
		5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.	Registro anecdótico.	10%
		5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.	Lista de control.	10%

5	6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, reconociéndolas con las características de las mismas. CMCT, CAA, CSC.	6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.	Registro anecdótico.	5%
8	9. Reconocer y prevenir las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas de seguridad en su desarrollo. CCL, CSC.	9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno.	Registro anecdótico.	10%
		9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.	Registro anecdótico.	10%
12	10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos. CCL, CD, CAA.	10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.	Trabajo monográfico.	20%

UDI 5. ACTIVIDADES ATLÉTICAS				
<ul style="list-style-type: none"> - Salidas. - Velocidad y frecuencia de carrera. - Relevos. - Marcha atlética. - Salto de longitud y salto de altura. - Lanzamiento de peso y lanzamiento de jabalina. 			Competencias CCL, CMCT, CD, CAA, CSC, SIEP	
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
7	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP.	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.	Registro anecdótico.	15%
		1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.	Lista de control.	10%
		1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.	Registro anecdótico.	10%
		1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.	Pruebas motrices.	15%
1	4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, y las posibilidades de la relajación y la respiración como medios de recuperación, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CMCT, CAA.	4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.	Registro anecdótico.	10%
		4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.	Registro anecdótico.	10%

12	10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos. CCL, CD, CAA.	10.2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.	Exposición oral o examen escrito.	30%
----	--	---	-----------------------------------	-----

UDI 6. JUEGOS PREDEPORTIVOS				
- Juegos predeportivos: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Pichi ➤ Beisbolcesto. ➤ Balón prisionero. 			Competencias CCL, CMCT, CD, CAA, CSC, SIEP	
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
7	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.	Lista de control.	10%
		1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.	Registro anecdótico.	10%
		1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.	Pruebas motrices.	10%
7	3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes, teniendo en cuenta la toma de decisiones y las fases del juego. CMCT, CAA, CSC, SIEP	3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.	Registro anecdótico.	10%
		3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.	Registro anecdótico.	10%
	7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad,	7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.	Registro anecdótico.	10%

11	autorregulación, y como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. CAA, CSC, SIEP.	7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.	Registro anecdótico.	10%
8	9. Reconocer y prevenir las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas de seguridad en su desarrollo. CCL, CSC.	9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.	Registro anecdótico.	10%
12	10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos. CCL, CD, CAA.	10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.	Trabajo monográfico.	20%

UDI 7. BALONCESTO				
<ul style="list-style-type: none"> - Bote. - Rebote. - Juego condicionado. - Pase. - Entrada a canasta. - Juego real. - Lanzamiento. - Táctica. 			Competencias CCL, CMCT, CD, CAA, CSC, SIEP	
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
7	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP.	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.	Pruebas Motrices	20%
		1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.	Lista de control.	10%
		1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.	Registro anecdótico.	10%
7	3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes, teniendo en cuenta la toma de decisiones y las fases del juego. CMCT, CAA, CSC, SIEP.	3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.	Registro anecdótico.	10%
		3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.	Lista Control.	10%
		3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.	Registro anecdótico.	5%

		3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.	Registro anecdótico.	5%
11	7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, autorregulación, y como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. CAA, CSC, SIEP	7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.	Lista control.	10%
4	8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas en el medio urbano y natural como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno. CMCT, CAA, CSC.	8.3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.	Registro anecdótico.	10%
12	10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos. CCL, CD, CAA.	10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.	Trabajo monográfico.	10%

UDI 8. HOCKEY				
<ul style="list-style-type: none"> - Floorball. - Goalball. - Colpbol. - Datchball. 			Competencias CMCT, CAA, CSC, SIEP	
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
7	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP.	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.	Pruebas Motrices.	20%
		1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.	Lista de control.	10%
		1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.	Registro anecdótico.	10%
7	3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes, teniendo en cuenta la toma de decisiones y las fases del juego. CMCT, CAA, CSC, SIEP.	3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.	Registro anecdótico.	10%
		3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.	Registro anecdótico.	10%
		3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.	Registro anecdótico.	10%
		3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.	Registro anecdótico.	10%

11	7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, autorregulación, y como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. CAA, CSC, SIEP.	7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.	Registro anecdótico.	10%
4	8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas en el medio urbano y natural como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno. CMCT, CAA, CSC.	8.3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.	Registro anecdótico.	10%

UDI 9. VOLEIBOL				
<ul style="list-style-type: none"> - Reglamento. - Toque de antebrazos y de dedos. - Saque, bloqueo, remate. - Zonas de juegos. Táctica. 			Competencias CMCT, CAA, CSC, SIEP	
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
7	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP.	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.	Pruebas Motrices.	20%
		1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.	Lista de control.	10%
		1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.	Registro anecdótico.	10%
7	3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes, teniendo en cuenta la toma de decisiones y las fases del juego. CMCT, CAA, CSC, SIEP.	3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.	Registro anecdótico.	10%
		3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.	Registro anecdótico.	10%
		3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.	Registro anecdótico.	10%
		3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.	Pruebas teóricas.	10%

11	7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, autorregulación, y como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. CAA, CSC, SIEP.	7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.	Registro anecdótico.	100%
4	8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas en el medio urbano y natural como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno. CMCT, CAA, CSC.	8.3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.	Registro anecdótico.	10%

UDI 10. ACTIVIDADES GIMNÁSTICAS				
<ul style="list-style-type: none"> - Actividades gimnásticas y giros. – Figuras y pirámides. - Posiciones invertidas. – Enlaces. - Volteos. 			Competencias CMCT, CAA, CSC, SIEP	
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
7	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP.	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.	Registro anecdótico.	20%
		1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.	Registro anecdótico.	10%
		1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.	Lista de control.	20%
5	6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, reconociéndolas con las características de las mismas. CMCT, CAA, CSC.	6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.	Registro anecdótico.	20%
11	7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, autorregulación, y como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. CAA, CSC, SIEP	7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.	Registro anecdótico.	30%

UDI 11. JUEGOS POPULARES				
<ul style="list-style-type: none"> - Juegos de desplazamiento. - Juegos por parejas. - Juegos en gran grupo. - Juegos en corro. - Juegos con objetos. 			Competencias CMCT, CAA, CSC, SIEP	
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
1	4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, y las posibilidades de la relajación y la respiración como medios de recuperación, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CMCT, CAA.	4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.	Registro anecdótico.	10%
		4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.	Registro anecdótico.	10%
		4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.	Registro anecdótico.	10%
5	6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, reconociéndolas con las características de las mismas. CMCT, CAA, CSC.	6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.	Trabajo monográfico.	40%
11	7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, autorregulación, y como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. CAA, CSC, SIEP.	7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.	Registro anecdótico.	20%

4	8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas en el medio urbano y natural como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno. CMCT, CAA, CSC.	8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.	Registro anecdótico.	10%
---	--	--	----------------------	-----

UDI 12. EXPRESIÓN CORPORAL				
<ul style="list-style-type: none"> - El cuerpo en movimiento. - Representaciones en grupo. - Ritmo y manejo de objetos. - Danzas y composiciones sencillas. - Improvisaciones y escenificaciones. 			Competencias CCL, CMCT, CAA, CSC, SIEP, CEC	
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
6	2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.	2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.	Registro anecdótico.	10%
		2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.	Pruebas motrices.	20%
		2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.	Pruebas motrices.	30%
		2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.	Registro anecdótico.	10%
11	7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, autoregulación, y como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. CAA, CSC, SIEP	7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.	Registro anecdótico.	10%
4	8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas en el medio urbano y natural como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno. CMCT, CAA, CSC.	8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.	Registro anecdótico.	10%

8	9. Reconocer y prevenir las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas de seguridad en su desarrollo. CCL, CSC.	9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás	Registro anecdótico.	10%

3º ESO		Nº sesiones
1º TRIMESTRE	UDI 1: PRESENTACIÓN Y TOMA DE CONTACTO	3
	UDI 2: BADMINTON	6
	UDI 3: JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS.MALABARES	8
	UDI 4: ORIENTACIÓN.	4
2º TRIMESTRE	UDI 5: MOVIMIENTO SALUDABLE	6
	UDI 6: FÚTBOL SALA	6
	UDI 7: ATLETISMO	6
	UDI 8: HIGIENE POSTURAL Y RELAJACIÓN	6
3º TRIMESTRE	UDI 9: JUEGOS COOPERATIVOS Y DEPORTE ADAPTADO	4
	UDI 10: EXPRESIÓN CORPORAL Y BAILES/ VOLEY (SI NORM)	7
	UDI 11: ACROSPORT	7

UDI 1. PRESENTACIÓN Y TOMA DE CONTACTO.				
<ul style="list-style-type: none"> - Juegos de presentación. - Juegos de desinhibición. - Juegos de cooperación. - Repaso contenidos básicos (calentamiento, sesión, pulso cardiaco). 			Competencias CCL, CMCT, CAA, CSC, SIEP	
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
5,4	6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física relacionándolas con las características de las mismas (CMCT, CAA, CSC).	6.1. Relaciona la estructura de una sesión de AF con la intensidad de los esfuerzos realizados.	Observación directa (cuaderno del profesor).	20%
		6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de la sesión de forma autónoma y habitual.	Observación directa (cuaderno del profesor).	20%
		6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.	Observación directa (cuaderno del profesor).	20%
11	7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus diferencias y aportaciones. (CAA, CSC, SIEP).	7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.	Observación directa (cuaderno del profesor).	20%
		7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.	Observación directa (cuaderno del profesor).	
		7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.	Observación directa (cuaderno del profesor).	20%

UDI 2. BADMINTON				
<ul style="list-style-type: none"> - Familiarización con el material. - Desplazamientos. - Saque. - Tipos de golpeo (drive, revés, dejada, defensa, globo, remate). 			Competencias CCL, CMCT, CD, CAA, CSC, SIEP	
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
7	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.	Observación directa. Prueba práctica. Rúbrica.	15%
		1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.	Trabajo teórico. Prueba práctica. Rúbrica.	10%
		1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.	Observación directa. Prueba práctica. Rúbrica.	20%
7	3. Resolver con éxito situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. CMCT, CAA, CSC, SIEP.	3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.	Observación directa (cuaderno del profesor).	20%
		3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.	Observación directa (cuaderno del profesor).	10%
11	7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas	7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.	Registro anecdótico.	10%

	independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus diferencias y aportaciones. CAA, CSC, SIEP.			
12	10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos. CCL, CD, CAA.	10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.	Producción del alumno (trabajo escrito).	15%

UDI 3. JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS. MALABARES				
<ul style="list-style-type: none"> - Habilidades genéricas de los juegos y deportes alternativos: kinball, ultimate, beisbol, floorball, pinfuvote, indiaca, bótebol, balonkorf, colpbol, malabares. - Reglas básicas de los deportes alternativos practicados. - Situaciones motrices en un contexto competitivo. - Fomento de la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias. - La seguridad y la prevención en actividades físico-deportivas. 			Competencias CMCT, CAA, CSC, SIEP	
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
7	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP.	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.	Observación directa (cuaderno del profesor).	10%
		1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.	Observación directa (cuaderno del profesor).	20%
7	3. Resolver con éxito situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. CMCT, CAA, CSC, SIEP.	3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.	Observación directa (cuaderno del profesor).	20%
		3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.	Observación directa (cuaderno del profesor).	10%
		3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.	Observación directa (cuaderno del profesor).	10%

		3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.	Observación directa (cuaderno del profesor).	10%
11	7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus diferencias y aportaciones. CAA, CSC, SIEP.	7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.	Observación directa (cuaderno del profesor).	10%
4	8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno. CMCT, CAA, CSC.	8.3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.	Observación directa (cuaderno del profesor).	10%

UDI 4. BUSCANDO EL RUMBO. ORIENTACIÓN				
<ul style="list-style-type: none"> - Iniciación a la orientación. - El mapa y la brújula. - Recorridos e identificación de rumbos. - Carrera de orientación. 			Competencias CMCT, CAA, CSC, SIEP	
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
7	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP.	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.	Observación directa (cuaderno del profesor). Prueba práctica.	20%
		1.5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.	Observación directa (cuaderno del profesor). Prueba práctica.	20%
4,9	8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno. CMCT, CAA, CSC.	8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.	Observación directa (cuaderno del profesor).	20%
		8.2 Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.	Observación directa (cuaderno del profesor).	20%
11	7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus diferencias y aportaciones. CAA, CSC, SIEP.	7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.	Observación directa (cuaderno del profesor).	20%

UDI 5. MOVIMIENTO SALUDABLE				
<ul style="list-style-type: none"> - Condición física y capacidades físicas básicas. - Juegos, métodos y pruebas de fuerza. - Juegos, métodos y pruebas de flexibilidad. - Juegos, métodos y pruebas de velocidad. - Juegos, métodos y pruebas de resistencia. 			Competencias CCL, CMCT, CAA, CSC	
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
1	4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CMCT, CAA.	4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.	Observación directa (cuaderno del profesor).	10%
		4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.	Observación directa (cuaderno del profesor).	20%
		4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.	Test motores.	20%
		4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.	Test motores.	10%
		4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.	Observación directa (cuaderno del profesor).	10%
2, 3, 10	5. Desarrollar las capacidades físicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo. CMCT, CAA.	5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.	Observación directa (cuaderno del profesor).Test motores.	10%
		5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.	Test motores.	10%

		5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.	Observación directa (cuaderno del profesor).	10%
--	--	--	--	-----

UDI 6. FÚTBOL SALA				
<ul style="list-style-type: none"> - Técnica básica: manejo, control, conducción, pase, lanzamiento, finta. - Organización del ataque y de la defensa. - Táctica colectiva: medios tácticos colectivos básicos (pared, cobertura, permuta...) - Situaciones de juego reducidas y situaciones de juego reales. 			Competencias CCL, CMCT, CD, CAA, CSC, SIEP	
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
7		3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.	Observación directa. Prueba práctica.	10%
		3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.	Observación directa. Prueba práctica.	10%
		3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.	Observación directa. Prueba práctica.	10%
		3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.	Observación directa. Prueba práctica.	10%
11	7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características,	7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.	Observación directa (cuaderno del profesor).	10%

	colaborando con las demás personas y aceptando sus diferencias y aportaciones. CAA, CSC, SIEP.			
4	8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno. CMCT, CAA, CSC.	8.3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.	Observación directa (cuaderno del profesor).	10%
12	10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos. CCL, CD, CAA.	10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.	Trabajo monográfico.	10%

UDI 7. ATLETISMO				
<ul style="list-style-type: none"> - Juegos de iniciación a las habilidades atléticas. - Técnica de carrera. - Salidas, Carreras, Saltos y Lanzamientos. 			Competencias CCL, CMCT, CD, CAA, CSC, SIEP	
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
7	1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP.	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.	Observación directa (cuaderno del profesor).	25%
		1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.	Lista de control.	10%
		1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.	Observación directa (cuaderno del profesor).	10%
		1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.	Observación directa (cuaderno del profesor).	10%
1	4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CMCT, CAA.	4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.	Observación directa (cuaderno del profesor).	10%
		4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.	Observación directa (cuaderno del profesor).	10%
12	10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos. CCL, CD, CAA.	10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.	Trabajo monográfico.	25%

UDI 8. HIGIENE POSTURAL, PRIMEROS AUXILIOS BÁSICOS Y RELAJACIÓN.				
<ul style="list-style-type: none"> - Higiene postural: principios básicos. - Respiración y relajación: técnicas básicas (Jacobson). - Primeros auxilios: protocolos básicos de actuación. 			Competencias CCL, CMCT, CD, CAA, CSC	
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
3	4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CMCT, CAA.	4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.	Observación directa (cuaderno del profesor).	15%
1,2	5. Desarrollar las capacidades físicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo. CMCT, CAA.	5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.	Observación directa (cuaderno del profesor).	25%
		5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.	Observación directa (cuaderno del profesor).	15%
5	6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física relacionándolas con las características de las mismas. CMCT, CAA, CSC.	6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.	Observación directa (cuaderno del profesor).	10%
8	9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo. CCL, CSC.	9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno.	Prueba teórico-práctica.	25%
		9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.	Prueba teórico-práctica.	10%

UDI 9. JUEGOS COOPERATIVOS Y DEPORTE ADAPTADO.				
<ul style="list-style-type: none"> - Actividades de sensibilización hacia distintos tipos de discapacidad. - Juegos y deportes adaptados: goalball, voleibol sentados, fútbol sala para ciegos, etc. - Habilidades específicas de los deportes adaptados. - Fomento de la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias. - La seguridad y la prevención en actividades físico-deportivas. 				Competencias CMCT, CAA, CSC, SIEP
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
11	7. Reconocer las posibilidades de las AFD y artístico expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus diferencias y aportaciones.	7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.	Observación directa (cuaderno del profesor).	20%
		7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.	Observación directa (cuaderno del profesor).	20%
		7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.	Observación directa (cuaderno del profesor).	20%
8	9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo. CCL, CSC.	9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.	Observación directa (cuaderno del profesor).	20%
12	10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el	10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos	Trabajo monográfico.	20%

	proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos. CCL, CD, CAA.	digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.		
--	---	--	--	--

UDI 10. ÉXPRESATE Y BAILA CONMIGO				
<ul style="list-style-type: none"> - Técnicas básicas de expresión corporal. Juegos de desinhibición y representación. - Aspectos espaciales y temporales en los montajes artístico-expresivos. - Coordinación grupal en los montajes artístico-expresivos. - Diseño y realización autónoma de montajes artístico expresivos. - Bailes: Pasodoble, Bachata, Merengue, Chachachá, Bailes modernos, etc. 			Competencias CCL, CMCT, CAA, CSC, SIEP, CEC	
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
6	2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.	2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.	Observación directa (cuaderno del profesor).	20%
		2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.	Pruebas motrices.	20%
		2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.	Pruebas motrices.	20%
		2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.	Observación directa (cuaderno del profesor)..	20%
11	7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus diferencias y aportaciones. CAA, CSC, SIEP.	7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.	Observación directa (cuaderno del profesor).	10%

4	8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno. CMCT, CAA, CSC.	8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.	Observación directa (cuaderno del profesor).	10%
---	--	--	---	-----

UDI 11.LOS COREÓGRAFOS: ACROSPORT Y COMBAS.				
<ul style="list-style-type: none"> - Aspectos básicos y específicos del acroport o gimnasia acrobática: roles, técnica, valor artístico, fases del montaje de pirámides, agarres y presas, apoyos, normas de seguridad. - Reglamento básico del acroport o gimnasia acrobática. - Aspectos espaciales y temporales en los montajes artístico-expresivos. - Coordinación grupal en los montajes artístico-expresivos. - Diseño y realización autónoma de montajes artístico expresivos. 			Competencias CMCT, CAA, CSC, SIEP	
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
6	2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.	2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.	Prueba práctica	20%
		2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.	Prueba práctica	20%
		2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.	Prueba práctica	20%
5	6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física relacionándolas con las características de las mismas. CMCT, CAA, CSC.	6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.	Observación directa (cuaderno del profesor).	20%
8	9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo. CCL, CSC.	9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.	Observación directa (cuaderno del profesor).	20%

4º ESO		Nº sesiones
1º TRIMESTRE	UDI 1. PRESENTACIÓN Y TOMA DE CONTACTO. CALENTAMIENTO Y VUELTA A LA CALMA.	4 sesiones
	UDI 2. CONDICIÓN FÍSICA SALUDABLE	7 sesiones
	UDI 3. EN FORMA CON LA COMBA.	7 sesiones
	UDI 4. HIGIENE POSTURAL Y LESIONES MÁS FRECUENTES.	6 sesiones
2º TRIMESTRE	UDI 5. DE LOS JUEGOS PREDEPORTIVOS AL FÚTBOL SALA.	7 sesiones
	UDI 6. JUEGOS ALTERNATIVOS.	3 sesiones
	UDI 7. VOLEIBOL /ALTERNATIVA MY REAL FOOD.	6 sesiones
	UDI 8. BALONCESTO/ ALTERNATIVA FÚTBOL SALA.	5 sesiones
	UDI 9. ACROSPORT./ ALTERNATIVA SEVILLANAS Y RUMBAS.	5 sesiones
3º TRIMESTRE	UDI 10. BADMINTON.	4 sesiones
	UDI 11. EXPRESIÓN CORPORAL.	8 sesiones
	UDI 12. ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL.	4 sesiones

UDI 1. PRESENTACIÓN Y TOMA DE CONTACTO. CALENTAMIENTO Y VUELTA A LA CALMA.				
<ul style="list-style-type: none"> - Implicaciones de la actividad física principal de la sesión sobre las fases de activación y de vuelta a la calma. - Realización autónoma de calentamiento y la vuelta a la calma en una sesión teniendo en cuenta la dificultad o intensidad de tarea y la competencia motriz. - Características y beneficios de las actividades físicas saludables para la salud individual y colectiva. 				Competencias CMCT, CAA, CSC
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
3, 5	6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos (CMCT, CAA, CSC).	6.1. Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma.	Observación directa (cuaderno del profesor).	20%
		6.2. Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal.	Observación directa (cuaderno del profesor).	20%
		6.3. Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz.	Observación directa (cuaderno del profesor).	40%
10, 11	8. Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida (CAA, CSC, CEC).	8.1. Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.	Observación directa (cuaderno del profesor).	20%

UDI 2. CONDICIÓN FÍSICA SALUDABLE.				
<ul style="list-style-type: none"> - Características y beneficios de las actividades físicas saludables para la salud individual y colectiva. - Hábitos de vida perjudiciales para la salud (sedentarismo, consumo de alcohol, etc. - Alimentación e hidratación. - La condición física y la salud en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz. - Sistemas de desarrollo de las capacidades físicas y motrices orientados a la mejora de la salud (Fuerza, Resistencia, Flexibilidad, Coordinación, Equilibrio y Agilidad). - Las capacidades motrices como base del aprendizaje de las habilidades motrices específicas. - Las capacidades físicas y motrices en la realización de diferentes tipos de actividad física. 				Competencias CMCT, CAA,
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
1, 2, 3	4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física y motriz, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud (CMCT, CAA).	4.1. Demuestra conocimientos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva.	Observación directa.	15%
		4.3. Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud.	Observación directa.	10%
		4.4. Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física.	Observación directa.	10%
	5. Mejorar o mantener los factores de la condición física y motriz, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e	5.1. Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física.	Producción del alumno (trabajo teórico-práctico)	15%

1, 2, 3	identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud (CMCT, CAA).	5.2. Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.	Observación directa	15%
		5.3. Aplica los procedimientos para integrar en los programas de actividad física la mejora de las capacidades físicas básicas, con una orientación saludable y en un nivel adecuado a sus posibilidades.	Producción del alumno (trabajo teórico-práctico)	20%
		5.4. Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud.	Test físicos y motores.	15%

UDI 3. EN FORMA CON LA COMBA				
<ul style="list-style-type: none"> - Trabajo de coordinación, equilibrio, agilidad y el conocimiento del cuerpo y sus posibilidades motrices. - Trabajo de ritmo y adecuación corporal al espacio, tiempo e intensidad. - Manejo y control de la comba. - Respeto y cooperación. 				Competencias CMCT, CAA, CSC, CCL, SIEP
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
7	3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico-deportivas propuestas, tomando y ejecutando la decisión más eficaz en función de los objetivo (CMCT, CAA, CSC, SIEP).	3.2. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de cooperación, ajustando las acciones motrices a los factores presentes y a las intervenciones del resto de los participantes.	Rúbrica	60%
4, 11	8. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo y a sí misma, a las demás personas y al entorno en el marco de la actividad física (CSC, SIEP).	8.1. Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.	Observación directa (cuaderno del profesor).	20%
		8.2. Valora las diferentes actividades físicas distinguiendo las aportaciones que cada una tiene desde el punto de vista cultural, para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con los demás.	Producción del alumno (trabajo escrito)	20%

UDI 4. HIGIENE POSTURAL. LESIONES MÁS FRECUENTES Y PROTOCOLOS DE ACTUACIÓN.				
<ul style="list-style-type: none"> - Características y beneficios de las actividades físicas saludables para la salud individual y colectiva. - Fundamentos básicos de higiene postural: posturas correctas en la vida diaria y correcta ejecución de ejercicios de acondicionamiento físico. - La tonificación y la flexibilidad como compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes. - Las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física. - Protocolos de actuación ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físicas y en la vida cotidiana. 				Competencias CMCT, CAA, CSC, CCL,CD
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
1, 2, 3	4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física y motriz, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud (CMCT, CAA).	4.2. Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.	Observación directa (cuaderno del profesor).	20%
8	10. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la salud y la seguridad de las personas participantes (CCL, CSC).	10.1. Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica	Observación directa (cuaderno del profesor).	10%
		10.2. Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física.	Prueba práctica. Rúbrica.	30%
		10.3. Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico deportivas.	Prueba práctica. Rúbrica.	30%

12	12. Utilizar eficazmente las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando resultados y conclusiones en el soporte más adecuado (CCL, CD, CAA)	12.1. Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos.	Producción del alumno (trabajo escrito).	10%
----	--	---	--	-----

UDI 5. DE LOS JUEGOS PREDEPORTIVOS AL FÚTBOL SALA.				
<ul style="list-style-type: none"> - Habilidades y estrategias específicas de las actividades globales de oposición, cooperación y colaboración- oposición y específicas del fútbol-sala, en función de distintos factores: acciones del adversario, condiciones del entorno, etc. - Los procesos de percepción y de toma de decisión implicados en los diferentes tipos de situaciones motrices. - Habilidades y estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores en el fútbol-sala. 				Competencias CMCT, CAA, CSC SIEP
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
7	1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnico-tácticos en las actividades físico-deportivas propuestas, con eficacia y precisión (CMCT, CAA, CSC, SIEP)	1.2. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.	Lista de control	20%
		1.3. Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva.	Observación directa (cuaderno del profesor).	20%
7	3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico-deportivas propuestas, tomando y ejecutando la decisión más eficaz en función de los objetivo (CMCT, CAA, CSC, SIEP)	3.1. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario.	Observación directa (cuaderno del profesor).	20%
		3.3. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de colaboración-oposición, intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario.	Observación directa (cuaderno del profesor).	20%

		3.4. Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones.	Observación directa (cuaderno del profesor).	20%
--	--	---	--	-----

UDI 6. JUEGOS ALTERNATIVOS				
<ul style="list-style-type: none"> - Fundamentos básicos y específicos de los juegos alternativos (ultimate, floorball, pinfuvote, etc). - Los procesos de percepción y de toma de decisión implicados en los diferentes juegos alternativos practicados. - Habilidades y estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores durante la realización de los juegos alternativos. - Organización y realización de eventos en los que se practiquen deportes y/o juegos alternativos. 				Competencias CMCT, CAA, CSC SIEP
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
7	1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnico-tácticos en las actividades físico-deportivas propuestas, con eficacia y precisión (CMCT, CAA, CSC, SIEP).	1.1. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características.	Observación directa (cuaderno del profesor).	20%
7	3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico-deportivas propuestas, tomando y ejecutando la decisión más eficaz en función de los objetivo (CMCT, CAA, CSC, SIEP).	3.2. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de cooperación, ajustando las acciones motrices a los factores presentes y a las intervenciones del resto de los participantes.	Lista de control	20%
		3.3. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de colaboración-oposición, intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario.	Observación directa (cuaderno del profesor).	10%

4	7. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos deportivos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de personas implicadas (CAA, CSC, SIEP)	7.3. Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma.	Rúbrica	25%
12	12. Utilizar eficazmente las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando resultados y conclusiones en el soporte más adecuado.	12.3. Comunica y comparte información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.	Producción del alumno (trabajo escrito)	25%

UDI 7. VOLEIBOL/ALTERNATIVA MY REAL FOOD				
<ul style="list-style-type: none"> - Habilidades específicas propias del voleibol (toque de dedos, toque de antebrazos, saque, remate, bloqueo, desplazamientos). - Habilidades y estrategias específicas del voleibol, en función de distintos factores acciones del adversario, condiciones del entorno, etc. - Reglas del voleibol. - Seguridad y el propio nivel de ejecución en las actividades físico- deportivas específicas del voleibol. - Actuaciones e intervenciones de las personas participantes en las actividades físico-deportivas reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias. 				Competencias CMCT, CAA, CSC SIEP, CD
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
7	1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnico-tácticos en las actividades físico-deportivas propuestas, con eficacia y precisión (CMCT, CAA, CSC, SIEP).	1.2. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.	Prueba práctica. Rúbrica.	40%
7	3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico-deportivas propuestas, tomando y ejecutando la decisión más eficaz en función de los objetivos (CMCT, CAA, CSC, SIEP).	3.3. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de colaboración-oposición, intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario.	Observación directa (cuaderno del profesor).	20%
		3.5. Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas.	Observación directa (cuaderno del profesor).	20%
		3.6. Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada	Observación directa (cuaderno del profesor).	10%

		participante y los factores presentes en el entorno.		
4, 11	8. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo y a sí misma, a las demás personas y al entorno en el marco de la actividad física (CSC, SIEP).	8.3. Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador.	Observación directa (cuaderno del profesor).	10%

UDI 8. BALONCESTO.

- Habilidades específicas propias del baloncesto (bote, pase, lanzamiento, rebote, tapón, desplazamientos, paradas, fintas,...).
- Habilidades y estrategias específicas del baloncesto, en función de distintos factores acciones del adversario, condiciones del entorno, etc.
- Reglas del baloncesto.
- Seguridad y el propio nivel de ejecución en las actividades físico- deportivas específicas del baloncesto.
- Actuaciones e intervenciones de las personas participantes en las actividades físico-deportivas reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.

Competencias
CMCT, CAA,
CSC, SIEP

Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
7	1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnico-tácticos en las actividades físico-deportivas propuestas, con eficacia y precisión (CMCT, CAA, CSC, SIEP).	1.2. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.	Observación directa (cuaderno del profesor). Prueba práctica. Rúbrica.	20%
7	3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico-deportivas propuestas, tomando y ejecutando la decisión más eficaz en función de los objetivos (CMCT, CAA, CSC, SIEP).	3.3. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de colaboración-oposición, intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario.	Observación directa (cuaderno del profesor). Prueba práctica. Rúbrica.	20%
		3.4. Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones.	Observación directa (cuaderno del profesor). Prueba práctica. Rúbrica.	20%
		3.5. Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas.	Observación directa (cuaderno del profesor).	20%

		3.6. Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno.	Producción del alumno (trabajo escrito).	20%
--	--	--	--	-----

UDI 9. ACROSPORT / ALTERNATIVA SEVILLANAS Y RUMBAS				
<ul style="list-style-type: none"> - Aspectos básicos y específicos del acroport o gimnasia acrobática: roles, técnica, valor artístico, fases del montaje de pirámides, agarres y presas, apoyos, normas de seguridad. - Reglamento básico del acroport o gimnasia acrobática. - Aspectos espaciales y temporales en los montajes artístico-expresivos. - Coordinación grupal en los montajes artístico-expresivos. - Diseño y realización autónoma de montajes artístico expresivos. 				Competencias CCL, CAA, CSC, CEC, SIEP
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
6	2. Componer y presentar montajes individuales y colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva (CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC).	2.1. Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto.	Observación directa. Prueba práctica (montaje artístico-expresivo).	25%
		2.2. Ajusta sus acciones a la intencionalidad de los montajes artístico-expresivos, combinando los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con los demás.	Observación directa. Prueba práctica (montaje artístico-expresivo).	25%
		2.3. Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico expresivos, aportando y aceptando propuestas.	Observación directa. Prueba práctica (montaje artístico-expresivo).	25%
4, 11	11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las discrepancias e inseguridades y apoyando a las demás personas ante la resolución de situaciones menos conocidas (CCL, CAA, CSC, SIEP).	11.1. Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos.	Observación directa.	10%
		11.2. Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo.	Observación directa.	15%

UDI 10. BÁDMINTON				
<ul style="list-style-type: none"> - Habilidades específicas propias del bádminton (saque de derecha, saque de revés, drive, clear, lob, drop, remate). - Habilidades y estrategias específicas del bádminton en función de las acciones del adversario. - Reglas del bádminton. - La percepción y toma de decisiones ante situaciones motrices variadas en función de las posibilidades de éxito de las mismas, y su relación con otras situaciones. - Organización y realización de torneos de individuales y dobles. 				Competencias CMCT, CAA, CSC SIEP
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
7	1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnico-tácticos en las actividades físico-deportivas propuestas, con eficacia y precisión (CMCT, CAA, CSC, SIEP).	1.2. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.	Prueba práctica. Rúbrica.	25%
7	3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico-deportivas propuestas, tomando y ejecutando la decisión más eficaz en función de los objetivos (CMCT, CAA, CSC, SIEP).	3.1. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario.	Prueba práctica. Rúbrica.	25%
5	6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos (CMCT, CAA, CSC).	6.1. Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma.	Observación directa (cuaderno del profesor).	10%
4	7. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos deportivos, previendo los medios y las actuaciones necesarias	7.1. Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales.	Observación directa (cuaderno del profesor).	20%

	para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de personas implicadas (CAA, CSC, SIEP)			
12	12. Utilizar eficazmente las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando resultados y conclusiones en el soporte más adecuado (CCL, CD, CAA)	12.2. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones.	Producción del alumnos (trabajo escrito)	20%

UDI 11. TÉCNICAS BÁSICAS DE EXPRESIÓN CORPORAL.				
<ul style="list-style-type: none"> - Técnicas básicas de expresión corporal. Juegos de desinhibición y representación. - Aspectos espaciales y temporales en los montajes artístico-expresivos. - Coordinación grupal en los montajes artístico-expresivos. - Diseño y realización autónoma de montajes artístico expresivos. 				Competencias CCL, CAA, CSC, CEC, SIEP
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
4, 6	2. Componer y presentar montajes individuales y colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva (CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC).	2.1. Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto.	Observación directa. Prueba práctica (montaje artístico-expresivo).	25%
		2.2. Ajusta sus acciones a la intencionalidad de los montajes artístico-expresivos, combinando los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con los demás.	Observación directa. Prueba práctica (montaje artístico-expresivo).	25%
		2.3. Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico expresivos, aportando y aceptando propuestas.	Observación directa. Prueba práctica (montaje artístico-expresivo).	25%
4, 11	7. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos deportivos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de personas implicadas (CAA, CSC, SIEP).	7.1. Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales.	Observación directa.	15%

4, 11	11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las discrepancias e inseguridades y apoyando a las demás personas ante la resolución de situaciones menos conocidas (CCL, CAA, CSC, SIEP).	11.2. Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo.	Observación directa.	10%
-------	--	--	----------------------	-----

UDI 12. ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL				
<ul style="list-style-type: none"> - Las actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y para la ocupación activa del tiempo de ocio y tiempo libre. - Senderismo y orientación. - Seguridad en las actividades físicas en entornos cambiantes. - Manejo del material específico de las actividades físicas en el medio natural y técnicas para su mantenimiento. - Efectos de las actividades practicadas en el medio natural. - Hábitos de conservación, cuidado y respeto del medio natural y urbano. 				Competencias CMCT, CAA, CSC, SIEP
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
9,10	9. Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno (CMCT, CAA, CSC).	9.1. Compara los efectos de las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y los relaciona con la forma de vida en los mismos.	Observación directa.	20%
		9.2. Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida.	Observación directa.	20%
		9.3. Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.	Observación directa.	20%
4, 11	7. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos deportivos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de personas implicadas (CAA, CSC, SIEP).	7.1. Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales.	Observación directa.	20%
		7.2. Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas.	Observación directa.	20%

Criterios de evaluación comunes en nuestro centro

1. Expresarse de forma correcta, tanto de forma oral como escrita, evitando errores, tanto ortográficos como gramaticales.
2. Utilizar de manera correcta los conceptos necesarios para el dominio de cada área o materia.
3. Alcanzar los objetivos propios de cada área o materia.
4. Disponer de autonomía suficiente para desarrollar el trabajo diario, tanto en casa como en el aula, planificando adecuadamente el estudio.
5. Desarrollar destrezas y técnicas que permitan el manejo adecuado de las informaciones que se aportan en cada materia.
6. Utilizar técnicas de trabajo individual adecuadas al curso y al área o materia correspondiente.
7. Mantener una actitud adecuada para el aprendizaje, lo que incluirá esfuerzo, interés, respeto al trabajo de los compañeros, cuidado del aula y en general, respeto a las normas de convivencia del Centro.
8. Desarrollar madurez personal acorde con el nivel y la etapa educativa.

III. BACHILLERATO**13. OBJETIVOS****13.1. OBJETIVOS DE ETAPA**

El REAL DECRETO 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece la estructura del bachillerato y se fijan sus enseñanzas mínimas, ha sido desarrollado en el marco de las competencias atribuidas a la Comunidad Autónoma de Andalucía por el DECRETO 110/2016, de 14 de junio, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas correspondientes al Bachillerato en Andalucía y por la ORDEN de 14 de julio de 2016, por la que se desarrolla el currículo correspondiente al Bachillerato en Andalucía.

En las disposiciones del citado Real Decreto 1105/2014 se indica que el bachillerato tiene como finalidad proporcionar a los estudiantes formación, madurez intelectual y humana, conocimientos y habilidades que les permitan desarrollar funciones sociales e incorporarse a la vida activa con responsabilidad y competencia. Asimismo, capacitará a los alumnos para acceder a la educación superior.

Desde todas las áreas se contribuye a la consecución de los objetivos de etapa. Éstos ayudan a desarrollar y mejorar las competencias básicas adquiridas en la etapa anterior. Por lo tanto, los distintos departamentos continuaremos trabajando en equipo y de manera interdisciplinar para dar una visión integrada de los contenidos y colaborar en el desarrollo de los ELEMENTOS TRANSVERSALES.

- 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 y favorezca la sostenibilidad.
- 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 existentes e impulsar la igualdad real y la no discriminación de 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

13.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LAS MATERIAS:

1. Valorar la actividad física como medio fundamental para la mejora de la salud y de la calidad de vida y como recurso para ocupar el tiempo libre y de ocio, siendo un medio 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 las motivaciones y posteriores estudios u ocupaciones.

3. Aplicar, resolver y perfeccionar situaciones motrices en diferentes contextos de práctica física 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, expresividad y la creatividad aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición, reconociendo estas actividades como formas de creación, expresión y realización personal, integrándolas como 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 físicas, actuando de forma responsable, tanto individual como colectivamente, en el desarrollo de las mismas.

7. Utilizar de forma autónoma y regular, 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 en la práctica de la actividad física, mostrando un comportamiento responsable hacia sí mismo o hacia sí misma, hacia los compañeros y compañeras y hacia el entorno, 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.

13.3. CONTENIDOS

En la Orden de 14 de Julio de 2016, se detallan los contenidos de cada materia **por bloques**, con las aportaciones específicas para la Comunidad Autónoma de Andalucía, que se desarrollan a continuación.

1º BACHILLERATO	
BLOQUE 1	Salud y calidad de vida
<p>Nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y la salud. relación ingesta y gasto calórico. Análisis de la dieta personal. dieta equilibrada. Fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud. Práctica regular de diferentes técnicas de respiración y relajación. Características de las actividades físicas saludables. Las actividades físicas como recurso de ocio activo y saludable. Formulación de objetivos en un programa de actividad física para la salud. elaboración de diseños de prácticas de actividad física en función de las características e intereses personales del alumnado. La actividad física programada. Iniciativas para fomentar un estilo de vida activo y saludable teniendo en cuenta los intereses y expectativas del alumnado. Asociacionismo, práctica programada de actividad física, voluntariado, etc. entidades deportivas y asociaciones andaluzas. Valoración de los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas las actividades físicas y sus posibilidades profesionales futuras. Identificación de los aspectos organizativos de las actividades físicas y los materiales y recursos necesarios. Las profesiones del deporte y oferta educativa en Andalucía. Concienciación de los efectos negativos que tienen algunas prácticas de actividad física para la salud individual o colectiva y fenómenos socioculturales relacionados con la corporalidad y los derivados de las manifestaciones deportivas. el doping, el alcohol, el tabaco, etc. La responsabilidad y la gestión de riesgos asociados a las actividades físicas y los derivados de la propia actuación y de la del grupo.</p>	

<p>Identificación y uso de materiales y equipamientos para la actividad física y deportiva atendiendo a las especificaciones técnicas. Conocimiento y aplicación de las normas de uso y seguridad de los mismos. Fomento de la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias. Actividades de sensibilización hacia distintos tipos de discapacidad. Criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia. Fuentes de documentación fiable en el ámbito de la actividad física. Tratamiento de información del ámbito de la actividad física con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión. Aplicaciones para dispositivos móviles. datos obtenidos de una ruta de BTT y/o senderismo (GPS, desnivel positivo, negativo, perfil, etc.), aplicaciones de control para el trabajo de las capacidades físicas y motrices, etc.</p>	
BLOQUE 2	Condición física y motriz
<p>Los niveles de condición física dentro de los márgenes saludables. La responsabilidad de la puesta en práctica de un programa de actividades físicas personalizado. Las capacidades físicas y motrices considerando necesidades y motivaciones propias y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas en relación con la salud. Planes y programas de entrenamiento de la condición física y motriz en relación con la salud. el programa personal de actividad física conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad, tipo de actividad y recuperación. evaluación del nivel de logro de los objetivos de su programa de actividad física. reorientación de los objetivos y/o las actividades en los aspectos que no llegan a lo esperado. Técnicas de activación y de recuperación en la actividad física. La fatiga y el cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades físicas que requieren altos niveles de atención o esfuerzo. Las capacidades motrices como base para el aprendizaje y mejora de las habilidades motrices específicas y especializadas.</p>	
BLOQUE 3	Juegos y deportes
<p>Habilidades específicas y/o especializadas de juegos y deportes individuales que respondan a los intereses del alumnado y al entorno del centro. Habilidades específicas y/o especializadas apropiadas a los condicionantes generados por los compañeros y compañeras, y los adversarios y adversarias en las situaciones colectivas. Situaciones motrices en un contexto competitivo. Acciones que conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición, deportes de raqueta y/o de lucha. Actividades físico-deportivas en las que se produce colaboración o colaboración-oposición. Métodos tácticos colectivos y sistemas de juego básicos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo. Los sistemas de juego. Los sistemas de juego de los deportes de colaboración-oposición como sistemas inestables. Oportunidad y riesgo de las acciones propias en las actividades físico-deportivas. La seguridad y la prevención en actividades físico-deportivas. Estrategias ante las situaciones de oposición o de colaboración-oposición, adaptadas a las características de las personas participantes.</p>	
BLOQUE 4	Expresión Corporal

realización de composiciones o montajes artísticos-expresivos individuales y colectivos, como por ejemplo: representaciones teatrales, musicales, actividades de circo, acrosport, etc. realización de composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustados a una intencionalidad estética o expresiva. Acciones motrices orientadas al sentido del proyecto artístico-expresivo. reconocimiento del valor expresivo y comunicativo de las manifestaciones artístico-expresivas propias de Andalucía.

BLOQUE 5	Actividad física en el medio natural
-----------------	--------------------------------------

Programación y realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre, como por ejemplo ruta de BTT, raids de aventura, acampada, vela, kayaks, surf, etc. desarrollo de técnicas específicas de las actividades en entornos no estables, analizando los aspectos organizativos necesarios. Sensibilización y respeto hacia las normas de cuidado del entorno en el que se realizan las actividades físicas. Sensibilización y respeto hacia las normas básicas de uso de los espacios para prácticas de actividades físicas en el medio natural. Toma de conciencia y sensibilización del potencial de Andalucía como escenario para la práctica de actividades físicas en el medio natural.

Secuenciación y temporalización de contenidos

1º BACHILLERATO		Nº sesiones
1º TRIMESTRE	UDI 1. INICIAMOS EL CURSO	4 sesiones
	UDI 2. DEPORTES DE RAQUETA: PALAS, BÁDMINTON Y TENIS DE MESA.	8 sesiones
	UDI 3. ORIENTACIÓN	5 sesiones
	UDI 4. DEPORTE ADAPTADO	4 sesiones
2º TRIMESTRE	UDI 5. SALUD Y CONDICIÓN FÍSICA. SISTEMAS METABÓLICOS Y ENERGIA EN LA AF.	8 sesiones
	UDI 6 .DEPORTES ALTERNATIVOS HOCKEY/ BEISBOL/MALABARES/OTROS.	6 sesiones
	UDI 7. ATLETISMO	6 sesiones
	UDI 8. HIGIENE POSTURAL. PRIMEROS AUXILIOS RELAJACIÓN RESPIRACIÓN	4 sesiones
3º TRIMESTRE	UDI 9. EXPRESIÓN CORPORAL, BAILES Y ACROSPORT-COMBAS	8 sesiones
	UDI 10. FÚTBOL SALA	8 sesiones
	UDI 11. BALONMANO/VOLEY (TRABAJO INDIVIDUAL A MENOS QUE LA SITUACIÓN CAMBIE).	4 sesiones

UDI 1. INICIAMOS EL CURSO				
<ul style="list-style-type: none"> - Presentación de la asignatura. - Repaso contenidos básicos: sesión y calentamiento. Técnicas de activación y de recuperación en la actividad física. - Fomento de la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias. Juegos cooperativos, de presentación y desinhibición. - Las capacidades motrices como base para el aprendizaje y mejora de las habilidades motrices específicas y especializadas. 				Competencias CMCT, CAA, CSC, SIEP
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
1, 2	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).	4.3. Utiliza de forma autónoma las técnicas de activación y de recuperación en la actividad física.	Observación directa (cuaderno del profesor).	40%
8, 9	8. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo y a sí misma, a las demás personas y al entorno en el marco de la actividad física (CSC, SIEP).	8.1. Respeta las reglas sociales y el entorno en el que se realizan las actividades físico-deportivas.	Observación directa (cuaderno del profesor).	30%
		8.2. Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias.	Observación directa (cuaderno del profesor).	30%

UDI 2. DEPORTES DE RAQUETA: PALAS, BÁDMINTON Y TENIS DE MESA				
<ul style="list-style-type: none"> - Reglas del Bádminton y Pádel. - Habilidades específicas y especializadas del bádminton y pádel. (golpeos específicos, juego de individuales, juego de dobles). - Situaciones motrices específicas del bádminton y pádel en contexto competitivo. - Acciones que conducen a situaciones de ventaja en el bádminton y pádel. 				Competencias CMCT, CAA, CSC, SIEP
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
3, 5	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)	1.1. Perfecciona las habilidades específicas de las actividades individuales que respondan a sus intereses.	Prueba práctica. Rúbrica Observación directa.	20%
		1.2. Adapta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.	Prueba práctica. Rúbrica Observación directa.	20%
		1.3. Resuelve con eficacia situaciones motrices en un contexto competitivo.	Prueba práctica. Rúbrica Trabajo teórico.	20%
3,5	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).	3.1. Desarrolla acciones que le conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario, en las actividades de oposición.	Prueba práctica. Rúbrica Observación directa.	20%
		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.	Observación directa (cuaderno del profesor).	10%

8, 9	8. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo y a sí misma, a las demás personas y al entorno en el marco de la actividad física (CSC, SIEP.	8.2. Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias.	Observación directa (cuaderno del profesor).	10%
------	---	---	--	-----

UDI 3. ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL:ORIENTACIÓN				
<ul style="list-style-type: none"> - Programación y realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. Senderismo, orientación, raids de aventura. - Técnicas específicas de las actividades en entornos no estables, analizando los aspectos organizativos necesarios. - Sensibilización y respeto hacia las normas de cuidado del entorno en el que se realizan las actividades físicas. - Sensibilización y respeto hacia las normas básicas de uso de los espacios para prácticas de actividades físicas en el medio natural. - Toma de conciencia y sensibilización del potencial de Andalucía como escenario para la práctica de actividades físicas en el medio natural 				Competencias CMCT, CAA, CSC, SIEP,
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
1, 9	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, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la actividad física (CMCT, CSC, SIEP).	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.	Prueba práctica.	30%
6	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 físicas y artístico-expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo (CMCT, CAA, CSC).	7.1. Prevé los riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo.	Observación directa.	20%
		7.2. Usa los materiales y equipamientos atendiendo a las especificaciones técnicas de los mismos.	Observación directa.	20%

9	8. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo y a sí misma, a las demás personas y al entorno en el marco de la actividad física (CSC, SIEP).	8.1. Respeta las reglas sociales y el entorno en el que se realizan las actividades físico-deportivas.	Observación directa.	15%
		8.2. Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias.	Observación directa.	15%

UDI 4. DEPORTE ADAPTADO.				
<ul style="list-style-type: none"> - Actividades de sensibilización hacia distintos tipos de discapacidad. - Juegos y deportes adaptados: goalball, voleibol sentados, fútbol sala para ciegos, etc. - Habilidades específicas de los deportes adaptados. - Fomento de la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias. - La seguridad y la prevención en actividades físico-deportivas. 				Competencias CMCT, CAA, CSC, SIEP
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
8, 9	8. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo y a sí misma, a las demás personas y al entorno en el marco de la actividad física (CSC, SIEP).	8.2. Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias.	Observación directa.	60%
6,7	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 físicas y artístico-expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo (CMCT, CAA, CSC).	7.1. Prevé los riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo.	Observación directa.	20%
		7.2. Usa los materiales y equipamientos atendiendo a las especificaciones técnicas de los mismos.	Observación directa.	20%

UDI 5. SALUD Y CONDICIÓN FÍSICA. SISTEMAS METABÓLICOS Y ENERGIA EN LA AF.				
<ul style="list-style-type: none"> - La actividad física programada. Iniciativas para fomentar un estilo de vida activo y saludable teniendo en cuenta los intereses y expectativas del alumnado. - Los niveles de condición física dentro de los márgenes saludables. - Las capacidades físicas y motrices considerando necesidades y motivaciones propias y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas en relación con la salud. - Planes y programas de entrenamiento de la condición física y motriz en relación con la salud. - Programa personal de actividad física conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad, tipo de actividad y recuperación. - Evaluación del nivel de logro de los objetivos de su programa de actividad física. - Nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y la salud. - Relación ingesta y gasto calórico. - Análisis de la dieta personal. Dieta equilibrada. 				Competencias CMCT, CAA, CSC, SIEP.
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
1, 2	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).	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.	Trabajo teórico-práctico (programa de entrenamiento saludable).	10%
		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.	Observación directa.	10%
	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	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.	Test físicos y motores.	20%

1, 2	sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas (CMCT, CAA, SIEP).	5.3. Concreta las mejoras que pretende alcanzar con su programa de actividad.	Trabajo teórico-práctico (programa de entrenamiento saludable).	15%
		5.4. Elabora su programa personal de actividad física conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad.	Trabajo teórico-práctico (programa de entrenamiento saludable).	30%
		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.	Trabajo teórico-práctico (programa de entrenamiento saludable).	15%

UDI 6. JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS. MALABARES

- Habilidades específicas de los juegos y deportes alternativos: kinball, ultimate, beisbol, floorball, pinfubote, indiaca, bótebol, balonkorf, colpbol.
- Reglas básicas de los deportes alternativos practicados.
- Situaciones motrices en un contexto competitivo.
- Fomento de la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias.
- La seguridad y la prevención en actividades físico-deportivas.

Competencias
CMCT, CAA,
CSC, SIEP,
CD, CCL

Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
2	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, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas (CMCT, CAA, SIEP).	5.6. Plantea y pone en práctica iniciativas para fomentar el estilo de vida activo y para cubrir sus expectativas.	Observación directa.	20%
1, 9	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, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la actividad física (CMCT, CSC, SIEP).	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.	Observación directa.	20%
	7. Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los materiales y equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en	7.2. Usa los materiales y equipamientos atendiendo a las especificaciones técnicas de los mismos.	Observación directa.	20%

6	la realización de las actividades físicas y artístico-expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo (CMCT, CAA, CSC).			
10	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).	9.1. Aplica criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia.	Trabajo escrito	40%

UD 7. ATLETISMO I				
<ul style="list-style-type: none"> - Las capacidades motrices como base para el aprendizaje y mejora de las habilidades motrices específicas y especializadas. - Habilidades específicas y/o especializadas del atletismo. Carreras, saltos y lanzamientos. - Reglamento básico de las diferentes modalidades atléticas. - Oportunidad y riesgo de las acciones propias en las actividades físico-deportivas. 				Competencias CMCT, CAA, CSC, SIEP, CCL, CD.
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
3	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).	1.1. Perfecciona las habilidades específicas de las actividades individuales que respondan a sus intereses.	Prueba práctica. Lista de control.	40%
		1.3. Resuelve con eficacia situaciones motrices en un contexto competitivo.	Observación directa.	15%
3	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).	3.4. Valora la oportunidad y el riesgo de sus acciones en las actividades físico-deportivas desarrolladas.	Observación directa.	15%
6	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 físicas y artístico-expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo (CMCT, CAA, CSC).	7.3. Tiene en cuenta el nivel de cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo.	Observación directa.	10%

10	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).	9.2. Comunica y comparte la información con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión.	Trabajo y exposición.	20%
----	---	--	-----------------------	-----

UDI 8. HIGIENE POSTURAL. RELAJACIÓN RESPIRACIÓN. NUTRICIÓN				
<ul style="list-style-type: none"> - Técnicas de respiración y relajación (relajación progresiva de Jacobson, relajación autógena de Schultz). - Fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud. - Tonificación de la musculatura tónica directamente relacionada con el mantenimiento de la postura: faja lumbo-abdominal(core). - Ejercicios desaconsejados en la actividad física. Acciones articulares desaconsejadas. - Nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y la salud. - Relación ingesta y gasto calórico. - Análisis de la dieta personal. Dieta equilibrada. 				Competencias CMCT, CAA, CSC, SIEP.
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
1, 2	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).	4.2. Incorpora en su práctica los fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud.	Observación directa.	40%
1, 2	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, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas (CMCT, CAA, SIEP).	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.	Observación directa.	40%
1, 9	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,	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	Observación directa.	20%

	adoptando actitudes de interés, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la actividad física (CMCT, CSC, SIEP).	corporalidad y los derivados de las manifestaciones deportivas.		
--	--	---	--	--

UDI 9. EXPRESIÓN CORPORAL, BAILES Y ACROSPORT-COMBAS

- Aspectos básicos y específicos del acrosport o gimnasia acrobática: roles, técnica, valor artístico, fases del montaje de pirámides, agarres y presas, apoyos, normas de seguridad.
- Reglamento básico del acrosport o gimnasia acrobática.
- Aspectos espaciales y temporales en los montajes artístico-expresivos.
- Realización de montajes artístico-expresivos colectivos: acrosport.
- Valor expresivo y comunicativo de las manifestaciones artístico-expresivas propias de Andalucía.
- Bailes: merengue, salsa, bachata, cha cha chá, bailes modernos, etc.

Competencias
CCL, CAA,
CSC, SIEP.

Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
4	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).	2.1. Colabora en el proceso de creación y desarrollo de las composiciones o montajes artísticos expresivos.	Prueba práctica. Rúbrica	25%
		2.2. Representa composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustándose a una intencionalidad de carácter estética o expresiva.	Prueba práctica. Rúbrica	25%
		2.3. Adecua sus acciones motrices al sentido del proyecto artístico expresivo.	Prueba práctica. Rúbrica	25%
1, 9	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, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la actividad física (CMCT, CSC, SIEP).	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.	Observación directa.	25%

UDI 10. FÚTBOL SALA Y BALONMANO (SI NORMAL)				
<ul style="list-style-type: none"> - Reglas del Fútbol Sala/Balonmano. - Habilidades específicas y especializadas del fútbol sala/balonmano. - Acciones que conducen a situaciones de ventaja en el fútbol sala/balonmano. - Métodos tácticos colectivos y sistemas de juego básicos en el fútbol sala/balonmano. - Los sistemas de juego. Los sistemas de juego de los deportes de colaboración-oposición como sistemas inestables. 				Competencias CMCT, CAA, CSC, SIEP
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
3, 5	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)	1.2. Adapta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.	Prueba práctica. Rúbrica Observación directa.	20%
		1.3. Resuelve con eficacia situaciones motrices en un contexto competitivo.	Prueba práctica. Rúbrica Observación directa.	20%
		1.4. Pone en práctica técnicas específicas de las actividades en entornos no estables, analizando los aspectos organizativos necesarios.	Prueba práctica. Rúbrica Observación directa.	20%
3, 5	3. Solucionar de forma creativa y exitosa situaciones de oposición, colaboración, o colaboración-oposición, en contextos deportivos o recreativos, adaptando las	3.3. Desempeña las funciones que le corresponden, en los procedimientos o sistemas puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.	Prueba práctica. Rúbrica Observación directa.	20%

	estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica (CMCT, CAA, CSC, SIEP).	3.4. Valora la oportunidad y el riesgo de sus acciones en las actividades físico-deportivas desarrolladas.	Observación directa (cuaderno del profesor).	10%
		3.5. Plantea estrategias ante las situaciones de oposición o de colaboración- oposición, adaptándolas a las características de los participantes.	Prueba práctica. Rúbrica Observación directa.	10%

UDI 11. BALONCESTO/VOLEY (TRABAJO INDIVIDUAL A MENOS QUE LA SITUACIÓN CAMBIE).				
<ul style="list-style-type: none"> - Reglas del voleibol/baloncesto. - Habilidades específicas y/o especializadas del voleibol/baloncesto. - Situaciones motrices en un contexto competitivo. - Métodos tácticos colectivos y sistemas de juego básicos del voleibol/baloncesto. - Estrategias ante las situaciones de oposición o de colaboración-oposición, adaptadas a las características de las personas participantes. 				Competencias CMCT, CAA, CSC, SIEP, CCL, CD.
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
3	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).	1.2. Adapta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.	Prueba práctica. Rúbrica	30%
		1.3. Resuelve con eficacia situaciones motrices en un contexto competitivo.	Observación directa.	10%
3	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).	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.	Observación directa.	10%
		3.3. Desempeña las funciones que le corresponden, en los procedimientos o sistemas puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.	Prueba práctica. Rúbrica	20%
		3.5. Plantea estrategias ante las situaciones de oposición o de colaboración-oposición, adaptándolas a las características de los participantes.	Observación directa.	10%

10	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).	9.1. Aplica criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia.	Trabajo teórico	10%
		9.2. Comunica y comparte la información con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión.	Trabajo teórico	10%

2º BACHILLERATO		Nº sesiones
1º TRIMESTRE	UDI 1. INICIAMOS EL CURSO	4 sesiones
	UDI 2. DEPORTES DE RAQUETA: PALAS, BÁDMINTON Y TENIS DE MESA.	8 sesiones
	UDI 3. ORIENTACIÓN	4 sesiones
	UDI 4. JUEGOS POPULARES	4 sesiones
2º TRIMESTRE	UDI 5. SALUD Y CONDICIÓN FÍSICA II. METABOLISMO ENERGÉTICO Y AF.	6 sesiones
	UDI 6 HIGIENE POSTURAL. PRIMEROS AUXILIOS RELAJACIÓN.	8 sesiones
	UDI 7. ATLETISMO II	6 sesiones
3º TRIMESTR	UDI 8. EXPRESIÓN CORPORAL, BAILES Y ACROSPORT/COMBAS	8 sesiones
	UDI 9. BALONCESTO/VOLEY (TRABAJO INDIVIDUAL A MENOS QUE LA SITUACIÓN CAMBIE).	7 sesiones

UDI 1. INICIAMOS EL CURSO				
<ul style="list-style-type: none"> - Presentación de la asignatura. - Repaso contenidos básicos: sesión y calentamiento. Técnicas de activación y de recuperación en la actividad física. - Fomento de la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias. Juegos cooperativos, de presentación y desinhibición. - Las capacidades motrices como base para el aprendizaje y mejora de las habilidades motrices específicas y especializadas. 				Competencias CMCT, CAA, CSC, SIEP
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
1, 2	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).	4.3. Utiliza de forma autónoma las técnicas de activación y de recuperación en la actividad física.	Observación directa (cuaderno del profesor).	40%
8, 9	8. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo y a sí misma, a las demás personas y al entorno en el marco de la actividad física (CSC, SIEP).	8.1. Respeta las reglas sociales y el entorno en el que se realizan las actividades físico-deportivas.	Observación directa (cuaderno del profesor).	30%
		8.2. Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias.	Observación directa (cuaderno del profesor).	30%

UDI 2. DEPORTES DE RAQUETA: BÁDMINTON, TENIS DE MESA Y PÁDEL				
<ul style="list-style-type: none"> - Reglas del Bádminton, tenis de mesa y pádel. - Habilidades específicas y especializadas del bádminton, tenis de mesa y pádel. (golpeos específicos, juego de individuales, juego de dobles). - Situaciones motrices específicas del bádminton, tenis de mesa y pádel en contexto competitivo. - Acciones que conducen a situaciones de ventaja en el bádminton, tenis de mesa y pádel. 				Competencias CMCT, CAA, CSC, SIEP
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
3, 5	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)	1.1. Perfecciona las habilidades específicas de las actividades individuales que respondan a sus intereses.	Prueba práctica. Rúbrica Observación directa.	20%
		1.2. Adapta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.	Prueba práctica. Rúbrica Observación directa.	20%
		1.3. Resuelve con eficacia situaciones motrices en un contexto competitivo.	Prueba práctica. Rúbrica Trabajo teórico.	20%
	3. Solucionar de forma creativa y exitosa situaciones de oposición, colaboración, o colaboración-oposición, en contextos deportivos o	3.1. Desarrolla acciones que le conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario, en las actividades de oposición.	Prueba práctica. Rúbrica Observación directa.	20%

3,5	recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica (CMCT, CAA, CSC, SIEP).	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.	Observación directa (cuaderno del profesor).	10%
8, 9	8. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo y a sí misma, a las demás personas y al entorno en el marco de la actividad física (CSC, SIEP).	8.2. Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias.	Observación directa (cuaderno del profesor).	10%

UDI 3. ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL:ORIENTACIÓN				
<ul style="list-style-type: none"> - Programación y realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. Senderismo, orientación, raids de aventura. - Técnicas específicas de las actividades en entornos no estables, analizando los aspectos organizativos necesarios. - Sensibilización y respeto hacia las normas de cuidado del entorno en el que se realizan las actividades físicas. - Sensibilización y respeto hacia las normas básicas de uso de los espacios para prácticas de actividades físicas en el medio natural. - Toma de conciencia y sensibilización del potencial de Andalucía como escenario para la práctica de actividades físicas en el medio natural 				Competencias CMCT, CAA, CSC, SIEP,
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
1, 9	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, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la actividad física (CMCT, CSC, SIEP).	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.	Prueba práctica.	30%
6	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 físicas y artístico-expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo (CMCT, CAA, CSC).	7.1. Prevé los riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo.	Observación directa.	20%
		7.2. Usa los materiales y equipamientos atendiendo a las especificaciones técnicas de los mismos.	Observación directa.	20%
	8. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo y a sí	8.1. Respeta las reglas sociales y el entorno en el que se realizan las actividades físico-deportivas.	Observación directa.	15%

9	misma, a las demás personas y al entorno en el marco de la actividad física (CSC, SIEP).	8.2. Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias.	Observación directa.	15%
---	--	---	----------------------	-----

UDI 4. JUEGOS POPULARES				
<ul style="list-style-type: none"> - Habilidades motrices genéricas en los juegos populares. - Reglas básicas de los juegos populares - Situaciones motrices en un contexto cooperativo y /o competitivo. - Fomento de la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias. - La seguridad y la prevención en actividades físico-deportivas. <p>Concomimiento, uso y respeto por el entorno próximo.</p>				Competencias CMCT, CAA, CSC, SIEP,
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
1, 9	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, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la actividad física (CMCT, CSC, SIEP).	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.	Prueba práctica.	30%
6	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 físicas y artístico-expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo (CMCT, CAA, CSC).	7.1. Prevé los riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo.	Observación directa.	20%
		7.2. Usa los materiales y equipamientos atendiendo a las especificaciones técnicas de los mismos.	Observación directa.	20%
	8. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo y a sí	8.1. Respeta las reglas sociales y el entorno en el que se realizan las actividades físico-deportivas.	Observación directa.	15%

9	misma, a las demás personas y al entorno en el marco de la actividad física (CSC, SIEP).	8.2. Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias.	Observación directa.	15%
---	--	---	----------------------	-----

UDI 5. SALUD Y CONDICIÓN FÍSICA II. METABOLISMO ENERGÉTICO Y AF.

- La actividad física programada. Iniciativas para fomentar un estilo de vida activo y saludable teniendo en cuenta los intereses y expectativas del alumnado.
- Los niveles de condición física dentro de los márgenes saludables.
- Las capacidades físicas y motrices considerando necesidades y motivaciones propias y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas en relación con la salud.
- Planes y programas de entrenamiento de la condición física y motriz en relación con la salud.
- Programa personal de actividad física conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad, tipo de actividad y recuperación.
- Evaluación del nivel de logro de los objetivos de su programa de actividad física.
- Nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y la salud.
- Relación ingesta y gasto calórico.
- Análisis de la dieta personal. Dieta equilibrada.

Competencias
CMCT, CAA,
CSC, SIEP.

Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
1, 2	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).	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.	Trabajo teórico-práctico (programa de entrenamiento saludable).	10%
		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.	Observación directa.	10%
	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	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.	Test físicos y motores.	20%

1, 2	sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas (CMCT, CAA, SIEP).	5.3. Concreta las mejoras que pretende alcanzar con su programa de actividad.	Trabajo teórico-práctico (programa de entrenamiento saludable).	15%
		5.4. Elabora su programa personal de actividad física conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad.	Trabajo teórico-práctico (programa de entrenamiento saludable).	30%
		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.	Trabajo teórico-práctico (programa de entrenamiento saludable).	15%

UDI 6. HIGIENE POSTURAL. PRIMEROS AUXILIOS. RELAJACIÓN.				
<ul style="list-style-type: none"> - Técnicas de respiración y relajación (relajación progresiva de Jacobson, relajación autógena de Schultz). - Fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud. - Tonificación de la musculatura tónica directamente relacionada con el mantenimiento de la postura: faja lumbo-abdominal(core). - Ejercicios desaconsejados en la actividad física. Acciones articulares desaconsejadas. 				Competencias CMCT, CAA, CSC, SIEP.
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
1, 2	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).	4.2. Incorpora en su práctica los fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud.	Observación directa.	40%
1, 2	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, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas (CMCT, CAA, SIEP).	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.	Observación directa.	40%
1, 9	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, tolerancia, respeto, esfuerzo y	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.	Observación directa.	20%

	cooperación en la práctica de la actividad física (CMCT, CSC, SIEP).			
--	--	--	--	--

UD 7. ATLETISMO II				
<ul style="list-style-type: none"> - Las capacidades motrices como base para el aprendizaje y mejora de las habilidades motrices específicas y especializadas. - Habilidades específicas y/o especializadas del atletismo. Carreras, saltos y lanzamientos. - Reglamento básico de las diferentes modalidades atléticas. - Oportunidad y riesgo de las acciones propias en las actividades físico-deportivas. 				Competencias CMCT, CAA, CSC, SIEP, CCL, CD.
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
3	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).	1.1. Perfecciona las habilidades específicas de las actividades individuales que respondan a sus intereses.	Prueba práctica. Lista de control.	40%
		1.3. Resuelve con eficacia situaciones motrices en un contexto competitivo.	Observación directa.	15%
3	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).	3.4. Valora la oportunidad y el riesgo de sus acciones en las actividades físico-deportivas desarrolladas.	Observación directa.	15%
6	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 físicas y artístico-expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto	7.3. Tiene en cuenta el nivel de cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo.	Observación directa.	10%

	individualmente como en grupo (CMCT, CAA, CSC).			
10	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).	9.2. Comunica y comparte la información con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión.	Trabajo y exposición.	20%

UDI 8. EXPRESIÓN CORPORAL, BAILES Y ACROSPORT				
<ul style="list-style-type: none"> - Aspectos básicos y específicos del acrosport o gimnasia acrobática: roles, técnica, valor artístico, fases del montaje de pirámides, agarres y presas, apoyos, normas de seguridad. - Reglamento básico del acrosport o gimnasia acrobática. - Aspectos espaciales y temporales en los montajes artístico-expresivos. - Realización de montajes artístico-expresivos colectivos: acrosport. - Valor expresivo y comunicativo de las manifestaciones artístico-expresivas propias de Andalucía. - Bailes: merengue, salsa, bachata, cha cha chá, bailes modernos, etc. 				Competencias CCL, CAA, CSC, SIEP.
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
4	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).	2.1. Colabora en el proceso de creación y desarrollo de las composiciones o montajes artísticos expresivos.	Prueba práctica. Rúbrica	25%
		2.2. Representa composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustándose a una intencionalidad de carácter estética o expresiva.	Prueba práctica. Rúbrica	25%
		2.3. Adecua sus acciones motrices al sentido del proyecto artístico expresivo.	Prueba práctica. Rúbrica	25%
1, 9	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, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la actividad física (CMCT, CSC, SIEP).	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.	Observación directa.	25%

UDI 9. VOLEIBOL II (SI NORMAL)/ BALONCESTO				
<ul style="list-style-type: none"> - Reglas del voleibol/baloncesto. - Habilidades específicas y/o especializadas del voleibol/baloncesto. - Situaciones motrices en un contexto competitivo. - Métodos tácticos colectivos y sistemas de juego básicos del voleibol/baloncesto. - Estrategias ante las situaciones de oposición o de colaboración-oposición, adaptadas a las características de las personas participantes. 				Competencias CMCT, CAA, CSC, SIEP, CCL, CD.
Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Instrumento de evaluación.	Ponderación
3	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).	1.2. Adapta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.	Prueba práctica. Rúbrica	20%
		1.3. Resuelve con eficacia situaciones motrices en un contexto competitivo.	Observación directa.	20%
3	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).	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.	Observación directa.	20%
		3.3. Desempeña las funciones que le corresponden, en los procedimientos o sistemas puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.	Prueba práctica. Rúbrica	20%
		3.5. Plantea estrategias ante las situaciones de oposición o de colaboración-oposición, adaptándolas a las características de los participantes.	Observación directa.	20%

Metodología y utilización de recursos

Se buscará que el alumnado comprenda los factores que determinan la salud, y la forma de modificarlos y potenciarlos, así como que interiorice actitudes y hábitos básicos desde la perspectiva de la promoción de la salud y de la prevención.

El desarrollo de estos contenidos no se entiende si no es conectándolos con la vida del alumnado fuera del ámbito escolar. Con ese fin habrá que potenciar la adopción de compromisos que favorezcan la adquisición de hábitos saludables y la modificación de aquellos otros que perjudiquen su salud. Para ello, se favorecerá una educación emancipadora y autogestionada, en la que el alumno o alumna no requiera de la permanente tutela y vigilancia de nadie ajeno a ellos mismos. Es importante establecer procesos de reflexión que desarrollen una conciencia crítica, que ayude al alumnado a discernir con autonomía y responsabilidad en cuestiones de salud y que potencie, a su vez, el trabajo cooperativo entre los compañeros y compañeras para la construcción y desarrollo de proyectos de salud que incidan en su entorno más cercano.

El profesor o la profesora deben convertirse en guías, facilitadores o mediadores del aprendizaje del alumnado, teniendo siempre presente las ventajas que el uso de las TIC le pueden aportar. Además, tendrán que implicarse activamente en la construcción de espacios de encuentro e intercambio con el alumnado que doten de suficiente significatividad las propuestas y planteamientos que éste les presente.

El trabajo con los alumnos y alumnas debe ajustarse a sus posibilidades y orientarles en función de las características y condiciones biológicas, psíquicas y socioeconómicas.

Por ello, la estructuración de los niveles de enseñanza dentro del grupo de clase debe ser un aspecto prioritario que conduzca a una verdadera adecuación de las tareas a las diferencias y peculiaridades del alumnado.

El diseño de actuación en el proceso de enseñanza-aprendizaje, ha de tener un marcado carácter investigativo, tanto por parte del profesorado como del alumnado.

Entendida la investigación en educación, como indagación sistemática, realizada dentro del proyecto educativo, que introduzca el análisis y la reflexión en los procesos de las acciones del alumnado.

Cultura para la utilización constructiva del ocio

Relevancia y sentido educativo

La Educación física en esta etapa educativa debe también facilitar al alumnado conocimientos y recursos organizativos para ocupar el tiempo de ocio de una manera constructiva, con actividades físico-deportivas recreativas y adaptadas, que sean el reflejo de una convivencia real entre géneros que comparten con normalidad espacios e intereses lúdicos y no necesariamente competitivos. Es también importante en esta etapa fomentar la actitud crítica para reflexionar sobre los valores que nuestra sociedad asigna al mundo de la actividad física y el fenómeno deportivo, evitando la manipulación por intereses ajenos a los propios principios. Desde el conocimiento de sí mismos y sus posibilidades de expresar, deben trabajar aspectos como la espontaneidad, la liberación en la respuesta, el descubrimiento personal, los desbloques, la relajación psíquica, etc., introduciendo la danza como actividad educativa, recreativa y creativa. Asimismo, se debe fomentar el interés por conocer nuevas formas de ocupar el tiempo de ocio en entornos naturales diferentes a los habituales y profundizar en el conocimiento de las actividades que pueden realizarse en los mismos.

No se debe olvidar que el conocimiento del patrimonio lúdico andaluz y de los bailes propios de la comunidad, entendidos como actividades motrices tradicionales construidos históricamente, se hace imprescindible para entender la cultura andaluza y valorarla como seña de identidad.

Es necesario subrayar la dimensión comunicativa que todo movimiento posee y que deberá desarrollarse junto con otros códigos y lenguajes. Con este núcleo de contenidos se pretende que todos los alumnos y alumnas adquieran un desarrollo integral que les permita sentirse satisfechos con su propia identidad personal.

Contenidos y problemáticas relevantes

La contribución a que el alumnado adquiera el desarrollo integral a que se acaba de hacer referencia se puede hacer desde tres ámbitos principales:

a) Desde los juegos y deportes

Los **contenidos** en este ámbito se relacionan con:

- Perfeccionamiento de los medios técnico-tácticos y de los principios fundamentales de ataque y defensa de un deporte ya iniciado en la etapa anterior, respetando los distintos puntos de partida existentes en el alumnado
- Aprendizaje de las técnicas básicas y conocimiento de las reglas de los juegos y los deportes, que desarrolle la capacidad de construir y practicar juegos deportivos de manera autónoma.
- Práctica de técnicas específicas de actividades de pala o raqueta, transfiriendo para su aprendizaje los principios fundamentales de los deportes de cancha dividida, ya practicados en la etapa anterior.
- Análisis de las salidas profesionales relacionadas con la actividad físico-deportiva para aquellos alumnos y alumnas que, después de los conocimientos, capacidades y experiencias motrices adquiridos, deseen continuar completando sus estudios con esta orientación profesional
- Valoración de la incidencia de la práctica habitual de un deporte en la salud.
- Desarrollo de la actitud crítica y autocrítica ante las actividades deportivas, desde los papeles de participante, espectador y consumidor, revisando los valores y actitudes que nuestra sociedad les otorga, haciendo evidente que en esta etapa sigue siendo posible una práctica físico deportiva: recreativa, integradora, saludable, no sexista y capaz de mejorar las relaciones interpersonales de los participantes sin que las exigencias de ejecución motriz sean un obstáculo para nadie.
- Comprensión y vivencia de las actividades lúdicas tradicionales como elementos de la cultura, apreciando la influencia del contexto en las distintas épocas y profundizando en los valores que aporta a la convivencia, al conocimiento y respeto de diferentes culturas, a la solidaridad, tolerancia, comprensión, etc.

b) Desde el ritmo, la expresión y la comunicación corporal

Los contenidos se relacionan con:

- El desarrollo de capacidades que permitan al alumnado explorar la utilización del cuerpo para experimentar diversas posibilidades de forma gratificante, tanto en relación consigo mismo como con los demás. Es necesario pues, que el cuerpo no quede reducido a respuestas únicamente perceptivas o motoras, sino que implique elementos comunicativos, afectivos y recreativos.
- La realización de actividades donde estén implicados tanto los contenidos expresivo-comunicativos básicos como los contenidos expresivo-comunicativos resultantes dando lugar a diferentes composiciones tanto individuales como grupales.
- El conocimiento y desarrollo de las diferentes manifestaciones danzadas tanto estructuradas como no estructuradas.
- El desarrollo y aplicación de distintas técnicas expresivo-comunicativas para enriquecer las posibilidades de respuesta creativa.

- La realización de actividades físicas utilizando la música para reforzar la práctica, como elemento de apoyo rítmico, valorando su repercusión positiva en el rendimiento conseguido.
- El reconocimiento del valor expresivo, comunicativo y cultural de las actividades practicadas como contribución al desarrollo integral de la persona.

c) En el entorno natural

Los **contenidos** se relacionan con:

- Aspectos generales y específicos que se deben considerar en la organización de actividades en el medio natural.
- El perfeccionamiento y profundización en actividades específicas del medio natural: senderismo, orientación, acampada, iniciación a la escalada.
- La valoración de las actividades físicas en el medio como instrumento para la ocupación constructiva del ocio y la mejora de la salud dinámica.
- El fomento de una actitud crítica ante los problemas medioambientales de su entorno inmediato, próximo y lejano.
- La planificación y organización de actividades en el medio natural
- El conocimiento de lugares e instalaciones para la práctica adecuada de actividades físicas en su tiempo de ocio.

Problemáticas relevantes

Se pueden señalar como tales, entre otras, las siguientes:

- Influencia de los medios de comunicación en el deporte.
- Actividad física en el medio natural y sostenibilidad.
- Género y actividad física.
- Influencia del valor social de cuerpo como elemento de expresión y comunicación.
- Desconocimiento del patrimonio lúdico-cultural andaluz.
- Utilización política de la actividad físico-deportiva.

Interacción con otros núcleos temáticos y de actividades

La interacción se realizará preferentemente con el núcleo de la salud dinámica, toda vez que parece conveniente que todas las actividades realizadas en la práctica asuman como eje transversal el fomento de la salud. Por otra parte no debemos olvidar que el fenómeno deportivo ocupa un lugar relevante en nuestra sociedad y está sometido a la presión de muchos sectores que tratan de conferirle intereses significativos de rendimiento económico, de imagen corporal, de comportamientos éticos derivados de valores y contravalores asociados, como producto de consumo, de identidad política, de estatus social, como modelo de salud, etc. Por esta razón, debe ser tratado desde una perspectiva interdisciplinar que relacione su conocimiento y práctica con todas las conexiones naturales de su perfil, es decir, con la mejora de las relaciones sociales en general y de género en particular, con el respeto del medio ambiente, con una idea saludable de la condición física, con una sensibilidad especial a las características idiosincrásicas de un determinado entorno, con sus características léxicas y terminológicas, con sus posibilidades estéticas, creativas y expresivas, etc.

Sólo de esta manera podrá abordarse el deporte de forma crítica, evitando reproducir sus características más estereotipadas, negativas y dudosas.

Partiendo de la concepción de que las funciones del movimiento son varias, hay que tener presente que la función estética-comunicativa debe vincularse y estar presente en las restantes respuestas motoras, enriqueciendo así la acción motriz del alumno y alumna. Asimismo, los contenidos expresivos comunicativos (especialmente las danzas) y los juegos tradicionales contribuyen a la

adquisición y competencia cultural y artística, pudiéndose considerar como parte del patrimonio cultural de los pueblos; esto nos ofrece la posibilidad de un trabajo interdisciplinar con otras ramas del conocimiento especialmente aquellas vinculadas a las Ciencias Sociales.

Sugerencias sobre metodología y utilización de recursos

En esta etapa se pretende consolidar todas las actividades que potencien la salud dinámica y profundizar en el conocimiento y desarrollo de la conducta motriz del alumnado, avanzando sobre lo tratado sobre estos aspectos a lo largo de todas las etapas de la educación obligatoria.

Se pretende asimismo de manera general, el perfeccionamiento de las habilidades motrices (expresivas, deportivas y relativas al medio natural), para que contribuyan a la mejora de su calidad de vida y a la utilización activa del tiempo de ocio. La significatividad del aprendizaje dependerá en gran parte de la selección que se haga de los contenidos más significativos para el alumnado, lo que generará una motivación hacia la adquisición de los mismos. La funcionalidad que se dé a los contenidos hará que puedan ser utilizados cuando las circunstancias lo exijan.

Los intereses del alumnado han ido definiéndose a lo largo de las etapas anteriores, por lo que es aconsejable ofrecer actividades comunes y otras diversificadas atendiendo a los diferentes niveles de intereses y de aptitudes.

La parte común incluiría los aspectos de funcionalidad para todos los alumnos y alumnas que inciden en su vida social. Se refiere a elementos de salud física, a los hábitos de ejercicio físico y de práctica deportiva o recreativa, como medio de inserción social y al empleo constructivo del ocio. La parte de diversificación del currículo, tendrá en cuenta las condiciones climáticas, ambientales, sociales y culturales, del lugar en que se ubique el centro. Es preciso dar a la actividad física un enfoque ambiental, que promueva una pedagogía constructivista, que consiga logros específicos de conservación de espacios y de utilización de otros espacios físicos para la clase, entendiendo el entorno físico, como un contexto de aprendizaje.

Este enfoque ambiental tiene que ser contemplado como la comprensión y actuación sobre el medio que le rodea, concebido asimismo como conjunto integrado por la doble vertiente social y natural: el entorno inmediato se manifestará con un planteamiento de escuela abierta a otros escenarios educativos, como propuesta de síntesis entre los distintos tiempos pedagógicos; el entorno próximo, a través de su conocimiento y posibilidades de utilización, así como su articulación con otras disciplinas, y el entorno lejano, como un nuevo planteamiento de organización espacio-temporal del aula, dónde puedan tener lugar aprendizajes significativos y funcionales para nuestros alumnos y alumnas, al manejar las variables de diferentes contextos físico-naturales-sociales.

En coherencia con las características más naturales de la práctica de los juegos y deportes, se considera que para su aprendizaje se debería conjugar el trabajo autónomo, como ejemplo de competencia y desarrollo personal y, el trabajo colaborativo, como ejemplo de construcción e intercambio en grupo. Ambas estrategias deberán poner a prueba la capacidad para resolver problemas en situaciones individuales y grupales. El aprendizaje entre iguales se convierte así en una oportunidad necesaria y válida para, simultáneamente, aportar al grupo lo mejor de cada uno y enriquecerse del mismo, recibiendo lo mejor de los demás. Los retos cognitivo-motrices de estos contenidos, al plantearse de forma colaborativa, son retos de entendimiento y convivencia que sirven de ensayo para el normal funcionamiento de una sociedad democrática, en la que la participación, toma de decisiones, respeto a las diferencias, libertad de expresión, solidaridad, corresponsabilidad, etc., serán valores que se irán asentando.

El acceso y uso de las fuentes de información que proporcionan las nuevas tecnologías serán recursos importantes que ayudarán al conocimiento y comprensión de los contenidos en cualquiera de sus facetas y en la búsqueda de soluciones a los distintos problemas que en torno a ellos se nos planteen.

Por último no olvidar el papel que las TIC desempeñan en las relaciones sociales de nuestros alumnos y alumnas y para la construcción autónoma del aprendizaje.

IV. PROYECTO BILINGÜE

Introducción

En esta programación se incluye una selección de los contenidos que aparecen en la programación del departamento, siendo una adaptación de dicha programación a las características del alumnado de los cursos bilingües. En estos cursos se desarrollan los mismos contenidos que en el resto de cursos de su nivel pero utilizando el inglés como segunda lengua, con lo que se pretende mejorar sus competencias en dicha lengua a través de los contenidos propios de la educación física. Para el curso 2020/2021 los cursos en los que se impartirá el bilingüismo serán: todos los 1º, 2º y 4º de la ESO.

Metodología

Las actividades que se realizan van encaminadas a la adquisición del vocabulario más utilizado en el ámbito de la educación física y el deporte y también a la mejora de la expresión, tanto escrita como oral. Por eso se realizarán actividades como descripciones, lecturas, exposiciones, etc.

En cuanto a la organización del espacio y del alumnado, se utilizarán todo tipo de agrupamientos (grupo clase, pequeños grupos, parejas...) así como distintos espacios. Las actividades se adaptarán para los alumnos con necesidades educativas especiales. La metodología será activa, integral, integradora, participativa y significativa, proponiendo actividades variadas que capten el interés del alumnado. Las actividades propuestas en inglés están diseñadas para que el alumnado, a la vez que desarrolla sus capacidades en relación con los objetivos de la materia, utilice la lengua inglesa como vehículo de comunicación y expresión.

Objetivos

Objetivos generales

- Comprender y expresarse con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua inglesa textos y mensajes.
- Comprender y expresarse en una lengua extranjera de manera apropiada.
- Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia anglosajona, así como su patrimonio artístico y cultural.

Objetivos lingüísticos

- Comprender mensajes orales y escritos.
- Interpretar y ejecutar órdenes sencillas, así como ejercicios y actividades.

- Usar y manejar el vocabulario propio de cada unidad didáctica.
- Expresarse correctamente en la lengua inglesa, a través de la formulación de preguntas, la explicación de actividades, etc.

Evaluación

Se aplicará de manera continua, de modo que nos permita detectar los fallos del método y las posibles deficiencias del alumnado.

Los criterios específicos de evaluación son los siguientes:

- El alumno comprende mensajes orales y escritos.
- El alumno interpreta y ejecuta de forma adecuada órdenes sencillas, así como ejercicios y actividades.
- El alumno usa y maneja correctamente el vocabulario propio de cada unidad didáctica.
- El alumno se expresa correctamente en la lengua inglesa, a través de la formulación de preguntas, la explicación de actividades, etc.

Se utilizarán como instrumentos de evaluación los siguientes:

- Observación sistemática.
- Preguntas diarias en clase.
- Pruebas teóricas y prácticas, tanto orales como escritas.
- Trabajos individuales.

Se considera imprescindible la observación, la corrección y la valoración continua del alumnado en la utilización de la lengua inglesa. No obstante, en la evaluación primará la asimilación de los contenidos propios de la materia, más que la utilización de la lengua.